



أول 100 يوم بعد تشخيص اضطراب طيف التوحد

الدليل الإرشادي لعائلات الاطفال في سن الدراسة

مؤسسة التوحد يتحدث
خدمات الأسرة ديسمبر 2014
ترجم للعربية ديسمبر 2018

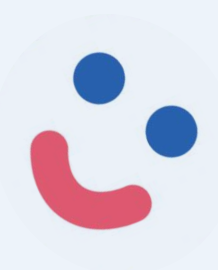


من والدة طفل تم تشخيصه باضطراب طيف التوحد في دبي

إلى جميع الأمهات والأباء في العالم

عندما أفكر في أفضل طريقة يجب أن أتعامل بها مع ابني الذي يبلغ من العمر ٩ سنوات و المصاب باضطراب طيف التوحد، أجد نفسي اقول لكل أب و أم ، أحبوا أطفالكم من كل قلبكم وروحكم ، و اعقدوا العزم على فهم الطريقة التي ينظر بها أطفالكم إلى العالم و امنحوا هذه الطريقة الإحترام والتقدير. يمكنكم تحسين تجربة أطفالكم من خلال تعلم كل شيء عن اضطراب طيف التوحد. هناك الكثير من المعلومات الآن، فاقرؤوا ثم إقرؤوا المزيد . لا تنسوا أن كل طفل مصاب باضطراب طيف التوحد مختلف، فلا تقارنوا أطفالكم بأطفال اخرين.

الهدف يجب أن يبقى دائما، سواء للأطفال المصابين باضطراب طيف التوحد أو الأطفال الأسوياء ، أن نبذل قصارى جهودنا كأمهات و أباء للوصول بابنائنا الى أقصى ما يمكنهم الوصول اليه معكم بسعادة ومحبة.



من مركز التميز للصحة النفسية للأطفال و اليافعين

مستشفى الجليلة التخصصي للأطفال في دبي

برنامج (بلو كافيه)

إلى جميع الأمهات والأباء

(بلو كافيه) :

مبادرة ضمت أطباء نفسين و أطباء أطفال ، أخصائين نفسيين ، أخصائيي تحليل و تعديل سلوك و أخصائيي تقييم وعلاج النطق واللغة تهدف الى تسليح الأهالي بالمعلومات الدقيقة حول اضطراب طيف التوحد و ماهية التشخيص و العلاجات المعتمدة عالميا .

بكل فخر نجحت هذه المبادرة بمساعدة مجموعة من الأهالي اللذين سعوا بجهد حثيث ليصبحوا سفراء التوحد ليصبح كل فرد منهم اساسا لتغيير نظرة المجتمع و العمل على نشر التوعية ، و تستمر المبادرة و يزداد عدد الأهالي و السفراء لتتكاتف مع الجهود المحلية والعالمية .

انطلاقا من ادراكنا في (بلو كافيه) في مركز التميز للصحة النفسية بمستشفى الجليلة التخصصي للأطفال في دبي بمعاناة أهالي أطفال ذوي التوحد ووجود حاجة و رغبة ملحة لمراجع علمية معتمدة باللغة العربية تم التعاون بين الأخصائيين والأهالي من داخل و خارج (بلو كافيه) للخروج بهذه المبادرة ويسرنا إهداءها لجميع الأهالي الناطقين بالعربية في العالم .

أسرة مركز التميز للصحة النفسية بمستشفى الجليلة التخصصي للأطفال



بلو كافيه

مركز التميز للصحة النفسية،مستشفى الجليلة التخصصي للأطفال





فريق مستشفى الجليلة للأطفال في مركز التميز للصحة النفسية للأطفال و اليافعين في برنامج التوحد يود أخذ هذه الفرصة للإعراب عن شكره الخاص إلى فريق الترجمة والتدقيق العلمي للوقت والجهد المبذول في مراجعة هذا المرجع :

أول 100 يوم بعد تشخيص اضطراب طيف التوحد :

الإشراف العام على النسخة العربية:
أ. سهى الشعيبات
أخصائية النطق واللغة
مركز التميز للصحة النفسي
مستشفى الجليلة التخصصي للاطفال

اللجنةالاستشارية
د.عمار حميد البنا
استشاري الطب نفسي للأطفال و اليافعين
رئيس مركز التميز للصحة النفسية
مستشفى الجليلة التخصصي للأطفال
د. زينب علّوب
استشاري طب أطفال نمائي عصبي
مستشفى الجليلة التخصصي للأطفال
أ. رشا الحجيلان
محلل سلوك
BCaBA
مستشفى الجليلة التخصصي للأطفال

المراجعة اللغوية والتدقيق:
سعيده المرزوقي
أخصائية نفسية
مركز التميز للصحة النفسية
مستشفى الجليلة التخصصي للأطفال
زينب الجسمي
منسقة الخدمات النفسية
مركز التميز للصحة النفسية
مستشفى الجليلة التخصصي للأطفال
مريم اسماعيل
منسقة الخدمات النفسية
مركز التميز للصحة النفسية
مستشفى الجليلة التخصصي للأطفال
شيماء عبدالرحمن
اخصائية اجتماعية
مركز التميز للصحة النفسية
مستشفى الجليلة التخصصي للاطفال

لجنة الأسر المراجعة:
د. رانيا سليم
والدة طفل
سامية محمد
والدة طفل
محمد حسين
جد طفل

Aljalila Children's speciality hospital, Mental Health Centre of Excellence for Children and Adolescent, Autism Progarm would like to extend special thanks to the advisory committee for the time and effort that they put into translating **100 days kit for school age children** to Arabic:

100 days kit for school age children:

General Editor:
Ms. Suha Alshuaibat
Speech and Language Pathologist
Aljalila Children's Specialty Hospital

Advisory Committee:
Dr. Ammar AlBanna
Consultant Child and Psychatrist
Head of Child and Adolescent Mental Health Centre of Excellence
AlJalila Children's Specialty Hospital
Dr. Zeinab Alloub
Consultant Neurodevelopmental Paediatrician
Aljalila Children's Specialty Hospital
Ms. Rasha AlHejailan
Behavior Analyst, BCaBA
Aljalila Children's Specialty Hospital

Family Committee:
Dr.Rania Seliem
Parent
Samia Mohammad
Parent
Mohammad Hussain
Grandfather

Revision and Auditing:
Saeeda Almarzooqi
Psychology Assistant
Aljalila Children's Specialty Hospital
Zainab Aljasmi
Mental Health Intake Coordinator
Aljalila Children's Specialty Hospital
Mariam Isameel
Mental Health Intake Coordinator
Aljalila Children's Specialty Hospital
Shaima Abdulrahman
Senior Social Worker
Aljalila Children's Specialty Hospital



From the child and adolescent mental health center of excellence Dubai

To all Mothers and Fathers

(Blue Café):

An initiative that includes Child and adolescent psychiatrist, pediatrician, clinical psychologists, Behavioral analyst, Speech and Language Pathologists, which aims to equip parents and families with evidence-based information about autism spectrum disorders, and standards of assessments and interventions.

Proudly, this initiative has already helped families to become ambassadors of autism, and become important contribution to society.

This document has been translated into Arabic as a gift from Blue cafe to Arabic speaking families of children with autism spectrum disorder across the world.

Aljalila Children's Specialty Hospital, Mental Health Centre of Excellence Family



يهدف دليل أول 100 يوم بعد تشخيص اضطراب طيف التوحد الصادر عن مؤسسة " **التوحد يتحدث** " إلى مساعدة أُسر الأطفال المشخصين باضطراب طيف التوحد حديثًا خلال الفترة المهمة التي تلي التشخيص .

صدردليل أول 100 يوم بعد تشخيص اضطراب طيف التوحد لأطفال سن المدرسة في عام 2014 واقتبس من ملف متلازمة اسبرجر / ذوي اضطراب طيف التوحد ذو المهارات المتقدمة الذي صدر عام 2010 بعد نشر الدليل التشخيصي والإحصائي للاضطرابات النفسية الإصدار الخامس (DSM 5). أعد هذه الأدوات موظفي خدمات الأسرة في مؤسسة اضطراب طيف التوحد يتحدث بالتعاون مع كل من لجنة استشارية ولجنة خدمات الأسرة.

يود فريق مؤسسة التوحد يتحدث انتهاز الفرصة للإعراب عن شكره الخاص إلى اللجنة الاستشارية للوقت والجهد المبذول في مراجعة هذا البرنامج:

المدير التنفيذي، نيو جيرسي للتوحد
داني أوبيندن، دكتوراه الفلسفة، B.C.B.A.-D.
الرئيس والمدير التنفيذي لمركز بحوث اضطراب طيف التوحد
الجنوب الغربي ومركز المصادر (SARRC)
فاليري باراديز، دكتوراه الفلسفة
مديرة، فاليري باراديز، ذ.م.م
مديرة مبادرة اضطراب طيف التوحد العالمية
والدة ومناصرة ذاتية
ستيوارت سافيتس *
والد
بول شاتوك، دكتوراه الفلسفة
قائد منطقة في برنامج بحوث معهد اضطراب طيف التوحد أيه
جي دريكسيل (AJ Drexel) حول نتائج المسار الحياتي
ستيفن شور، دكتوراه التربية
أستاذ مساعد، التربية الخاصة، جامعة أديلفي
ميشيل سميجل
والدة
* اضطراب طيف التوحد يتحدث عضو مجلس الإدارة
** رئيس - لجنة خدمات الأسرة
والد - يشير إلى والد طفل مصاب باضطراب طيف التوحد





مؤسسة التوحد يتحدث

وقت الاستماع

Aljalila Children's Speacialty Hospital Mental Health Centre of Excellence led the translation and is solely responsible for the content of the translated portion of the 100 Day Kit.

Autism Speaks is not responsible for the content of the translated portion of the 100 Day Kit.

لا تقدم مؤسسة **التوحد يتحدث** نصائح أو خدمات طبية أو قانونية. وإنما تقدم مؤسسة **التوحد يتحدث** معلومات عامة عن اضطراب طيف التوحد كخدمة للمجتمع. المعلومات المقدمة في هذه العدة ليست توصية أو إحالة أو دعم لأي مصدر أو طريقة معالجة أو مزوِّد خدمة ولا تحل محل نصائح المهنيين الطبيين أو القانونيين أو التربويين. لم تتحقق مؤسسة **التوحد يتحدث** من صحة أي معلومات أو خدمات تقدمها أطراف أخرى وهي غير مسؤولة عن ذلك. ونحثكم على استخدام الحكم المستقل وطلب المراجع عند النظر في أي مصدر مرتبط بتقديم الخدمات المتعلقة باضطراب طيف التوحد.



جدول المحتويات





حول اضطراب طيف التوحد

لماذا شُخص طفلي باضطراب طيف التوحد؟ وماذا يعني ذلك؟

شُخص طفلك بأنه مصاب باضطراب طيف التوحد وطلبت المساعدة. هذه تعتبرنقطة تحول مهمة في رحلة طويلة. بالنسبة إلى بعض الأسر، قد يكون التشخيص هوالهدف . فبعد عناء البحث الطويل عن الإجابات، أصبح لديك الآن اسمًا لشيء لم تكن تعرف ماذا تسميه، ولكنك تعلم بوجوده. ربما كنت تشك في اضطراب طيف التوحد، ولكنك تأمل أن يثبت التقييم خلاف ذلك. عبَر العديد من الأسر عن مشاعر مختلطة من الحزن والارتياح عند تشخيص أبنائهم . قد تشعر بالارتباك تمامًا، و قد تشعر بالارتياح أيضا ،لأنك استطعت الحديث عن المخاوف التي كانت تنتابك. أيًا كان ما تشعر به، أعلم أن الآلاف من الوالدين يشاركونك في هذه الرحلة. انت لست وحدك. هناك بصيص من الأمل وتتوفر المساعدات. الآن بعد ثبوت التشخيص، السؤال هو، ما هو الطريق من الآن فصاعدًا؟ **تم تأليف أول 100 يوم بعد تشخيص اضطراب طيف التوحد لمؤسسة التوحد يتحدث** لمساعدتك على تحقيق أفضل استخدام ممكن خلال الـ **100** يومٍ القادمة في حياة طفلك. يحتوي الملف على المعلومات والمشورة التي جمعها الخبراء الموثوق بهم و أولياءُ الأمور مثلك حول اضطراب طيف التوحد .

لماذا يحتاج طفلي إلى تشخيص اضطراب طيف التوحد؟

عادة ما يكون الوالدين هم أول من يلاحظ العلامات المبكرة للتوحد. ربما لاحظت أن طفلك ينمو بشكل مختلف عن أقرانه. قد تكون تلك الاختلافات منذ الولادة أو قد تصبح أكثر وضوحًا لاحقًا. وفي بعض الأحيان، قد تكون الاختلافات شديدة وواضحة للجميع. في حالات أخرى، تكون دقيقة لدرجة لا يتعرف عليها لأول مرة إلا مقدم الرعاية في الحضانة أو مدرس المرحلة قبل المدرسة. دفعت هذه الاختلافات في أعراض اضطراب طيف التوحد، الآلاف من الوالدين مثلك للبحث عن إجابات أسفرت عن تشخيص اضطراب طيف التوحد. قد تتساءل: **لماذا يحتاج طفلي إلى تشخيص اضطراب طيف التوحد؟** من الجيد طرح هذا السؤال - لا سيما عندما لا يستطيع أحد توفير العلاج الشافي في الوقت الحالي. تكرس مؤسسة **التوحد يتحدث** جهدها لتمويل البحوث الطبية الحيوية على مستوى العالم لمعرفة الأسباب وطرق الوقاية العلاج والشفاء المحتمل لاضطراب طيف التوحد. وقد أحرزت خطوات كبيرة حيث التقدم الحالي في هذا المجال يختلف تماما عن الوقت الذي لم يرى فيه الوالدان أي بصيص أمل في معالجة أطفالهم. فقد كرس بعض من أكثر عقول عصرنا ذكاءً جهدهم لهذا الاضطراب.



من المهم أن تتذكر أن طفلك هو ذات الشخص المتميز، المحبوب، والرائع الذي كان عليه قبل التشخيص.

يوجد العديد من الأسباب التي تجعل التشخيص مهمًا لطفلك. فالتشخيص الدقيق والمفصّل يوفّر معلومات مهمة حول سلوك طفلك ونموه. وقد يساعد على إنشاء خطة علاجية من خلال تحديد نقاط قوة طفلك و التحديات التي تواجهه. بالاضافة إلى توفير معلومات مفيدة حول الاحتياجات والمهارات التي ينبغي استهدافها للتدخل الفعال. غالبًا ما يكون التشخيص مطلوبًا للوصول إلى خدمات مخصصة للتوحد.

كيف يُشخص اضطراب طيف التوحد؟

في الوقت الحاضر، لا يوجد لدينا اختبار طبي يمكن به تشخيص اضطراب طيف التوحد. فمع اختلاف أعراض اضطراب طيف التوحد، تتباين كذلك طرق الوصول إلى التشخيص. يتم تشخيص بعض الأطفال بالتأخر النمائي

قبل الوصول إلى تشخيص اضطراب طيف التوحد و قد يحصل هؤلاء الأطفال على بعض خدمات التدخل المبكر أو خدمات التربية الخاصة قبل التشخيص الأخير. للأسف،في بعض الأحيان لا يأخذ الطبيب مخاوف الوالدين على محمل الجد ونتيجة لذلك، يتأخر التشخيص. تعمل منظمة مؤسسة **التوحد يتحدث** وغيرها من المنظمات ذات الصلة باضطراب طيف التوحد على تثقيف الوالدين والأطباء، للوصول إلى التشخيص مبكرا.

ربما قام **طبيب أطفال نَمَائِيّ**، أو **طَبِيبُ الجِهازِ العَصَبِيّ**، أو **طَبِيبٌ نَفْسِيّ**، أو **إِخْتِصاصِيُّ عِلْمِ النَّفْس** بتشخيص طفلك. أو ربما ، قد قام فريق من الإِخْتِصاصِيِّين بتقييم طفلك مع تقديم توصيات للمعالجة. قد يضم الفريق **إِخْتِصاصِيُّ السَّمَع** لاستبعاد فقدان السمع، **وإِخْتِصاصِيُّ مُعالَجَةِ النطق واللغة** لتحديد المهارات والاحتياجات اللغوية، **ومُعالِجٌ مِهْنِيّ** لتقييم المهارات البدنية والحركية. يعد التقييم المتعدد التخصصات مهمًا لتشخيص اضطراب طيف التوحد والتحديات الأخرى التي تصاحب اضطراب طيف التوحد عادة ، مثل التأخير في المهارات الحركية. إذا لم يقيم فريق متعدد التخصصات طفلك، فستحتاج بالتأكيد إلى إجراء المزيد من التقييمات حتى تتمكن من معرفة أكبر قدر ممكن حول نقاط القوة والاحتياجات الفردية لطفلك.



لمزيد من المعلومات، تفضل بزيارة شبكة معالجة اضطراب طيف التوحد لمؤسسة التوحد يتحدث على الموقع: autismspeaks.org/atn

بمجرد حصولك على تشخيص معتمد، من المهم التأكد من طلب تقريرٍ شاملٍ يتضمن التشخيص خطيًا، بالإضافة إلى توصيات بالمعالجة. قد لا يتمكن الطبيب من توفير ذلك لك في الموعد، حيث قد يستغرق الأمر بعض الوقت لتجميعه، ولكن تأكد من المتابعة واحصل على هذا التقرير الضروري بمجرد توفره.

ما هو اضطراب طيف التوحد؟

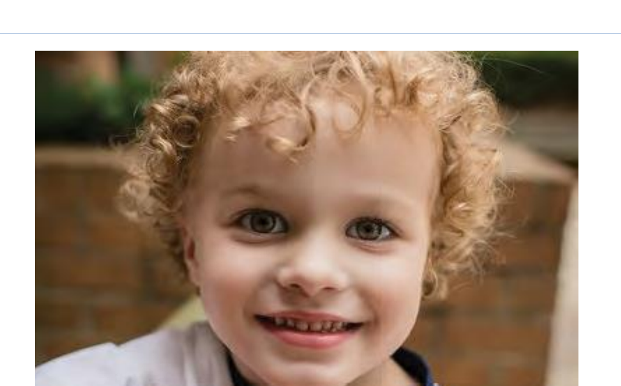
اضطراب طيف التوحد (ASD) و**اضطراب التوحد** كلاهما من المصطلحات العامة لمجموعة من الاضطرابات المعقدة لنماء الدماغ. تتميز هذه الاضطرابات، بصعوبات في التفاعل الاجتماعي، والتواصل اللفظي و الغير لفظي والسلوكيات النمطية بدرجات متفاوتة. مع صدور الطبعة الخامسة من **الدليل التشخيصي والإحصائي للاضْطِرابّات النَفْسِيّة التابع للجمعية الأمريكية للطب النَّفْسِيّ** (ويشار إليه عادة باسم الدليل التشخيصي والإحصائي للاضطرابات النفسية - الإصدار 5 (DSM-5)) في مايو 2013، تم دمج جميع اضطرابات طيف التوحد في تشخيص شامل واحد بإسم **اضطراب طيف التوحد (ASD)**. في السابق، كان متعارف عليهم كأنواع فرعية ، بما في ذلك اضطراب طيف التوحد، و**الاضطراب التحللي لدى الطفولة**، **اضطراب النمو الشامل الغير محدد (PDD-NOS) ومتلازمة أسبرغر**. ويعد الدليل التشخيصي والإحصائي للاضطرابات النفسية (DSM) هو المرجع التشخيصي الرئيسي الذي يستخدمه المتخصصون في الصحة النفسية ومقدمو التأمين في الولايات المتحدة.

قد تسمع أيضًا مصطلحات اضطراب طيف التوحد التقليدي أو توحد كانر (الذي سمي على اسم الطَبيبٌ النَفْسِيّ الأول الذي وصف اضطراب طيف التوحد) المستخدم لوصف أشد أشكال الاضطراب. في إطار الدليل التشخيصي والإحصائي للاضطرابات النفسية - الإصدار 5 (DSM-5) الحالي، يتطلب تشخيص اضطراب طيف التوحد وجود خصائص نمائية وسلوكية على الأقل، وتظهر هذه الخصائص قبل سن الثالثة، ولا يوجد دليل على وجود حالات أخرى مماثلة.

يوجد مجالان يجب أن يظهر فيهما الأشخاص المصابون اضطراب طيف التوحد عجزًا مستمرًا:

1) **تحديات مع التواصل الاجتماعي والتفاعل الاجتماعي**
2) **السلوكيات النمطية**





بشكل أكثر تحديدًا، على الأشخاص المصابين باضطراب طيف التوحد أن يُظهروا (إما في الماضي أو في الحاضر) عجزًا في التَبادُلِيَّة العاطفية الاجتماعية، وعجزًا في سلوكيات التواصل الغير لفظية المستخدمة للتفاعل الاجتماعي وعجزًا في نماء العلاقات والحفاظ عليها وفهمها. بالإضافة إلى ذلك، عليهم إظهار نوعين على الأقل من أنماط السلوك التكراري ، بما في ذلك الحركات النمطية أو الحركات الحركية التكرارية أو الإصرار على الرتابة أو التقيد غير المرن في الأعمال الروتينية، أو التقيد الشديد، أو الاهتمام المفرط ، أو فرط النشاط أو نقص النشاط في المدخلات الحسية أو الاهتمام غير المعتاد في الجوانب الحسية للبيئة. يمكن أن تكون الأعراض موجودة حاليًا أو تم ملاحظتها في الماضي . و بالإضافة إلى تشخيص الاطفال الذين تم تقييمهم، يتم التركيز على أي مسبباب جينية محتملة مثل: (مثل متلازمة إكس ، متلازمة ريت).بالاضافة إلى مستوى اللغة والتاخر الذهني ووجود حالات طبية مثل نوبات الصرع والقلق والاكتئاب و / أو مشاكل مَعِديِّة مِعَوِيّة (GI).

يحتوي الدليل التشخيصي والإحصائي للاضطرابات النفسية الإصدار 5 (DSM-5) على فئة إضافية تسمى **اضطراب التواصل الاجتماعي (SCD)**. يسمح ذلك بتشخيص الإضطراب في التواصل الاجتماعي، دون وجود سلوك تكراري. **اضطراب التواصل الاجتماعي** يعتبر تشخيص جديد ويحتاج إلى المزيد من البحوث والمعلومات. يوجد حاليًا بعض المبادئ التوجيهية لمعالجة اضطراب التواصل الاجتماعي،وإلى أن تصبح هذه المبادئ التوجيهية متاحة، ينبغي توفير المعالجات التي تستهدف التواصل الاجتماعي، بما في ذلك العديد من التدخلات الخاصة باضطراب طيف التوحد، للأفراد المصابين باضطراب التواصل الاجتماعي.

لقراءة كامل معايير الدليل التشخيصي والإحصائي للاضطرابات النفسية - الإصدار 5 (DSM-5)، يرجى زيارة الموقع:

.autismspeaks.org/dsm-5.

ما مدى انتشار اضطراب طيف التوحد؟

وفقا لإحصائيات اضطراب طيف التوحد من مراكز السيطرة على الأمراض والوقاية منها (CDC) في الولايات المتحدة الصادرة في مارس 2014،1 من بين كل 68 طفلًا أمريكيًا مصاب باضطراب طيف التوحد – تظهر الأبحاث أن هذه الزيادة ترجع الى تطور وسائل التشخيص. وتظهر الدراسات أيضًا أن اضطراب طيف التوحد أكثر شيوعا بين الأولاد عن البنات بنسبة أربع إلى خمس مرات حيث يقدر أن 1 من 42 صبيّ مصاب باضطراب طيف التوحد في الولايات المتحدة ، بينما 1 من بين 189 فتاة تصاب باضطراب طيف التوحد.

يؤثر اضطراب طيف التوحد (ASD) على أكثر من 2 مليون فرد في الولايات المتحدة وعشرات الملايين في جميع أنحاء العالم. بالإضافة، ، تشير إحصائيات الحكومة الأمريكية بأن معدل اننتشار اضطراب طيف التوحد قد زادت من 10% إلى 17% سنويًا في السنوات الأخيرة. لايوجد تفسير مؤكد لهذه الزيادة المستمرة،
بالرغم من أن التشخيصات المتقدمة والتأثيرات البيئية هما سببان غالبًا ما يُؤخذان بعين الاعتبار.

ما هي أسباب اضطراب طيف التوحد؟

منذ وقت ليس ببعيد، كان الجواب على هذا السؤال هو "لا يوجد لدينا أدنى فكرة". ولكن، الأبحاث الآن تقوم بالإجابة على هذا السؤال.. بادئ ذي بدء وقبل كل شيء، نحن نعلم الآن أنه لا يوجد سبب واحد للتوحد، تمامًا كما لا يوجد نوع واحد من اضطراب طيف التوحد. على مدى السنوات الخمس الماضية، حدد العلماء عددًا من التغيرات الجينية أو الطَفْرَات النادرة المرتبطة باضطراب طيف التوحد. حيث حددت البحوث أكثر من 100 جين له علاقة باضطراب طيف التوحد. ففي حوالي 15 % من الحالات يمكن تحديد سبب وراثي محدد لاضطراب طيف التوحد.



ومع ذلك، فإن معظم الحالات تحتوي على مجموعة معقدة ومتغيرة من العوامل الجينية والبيئية التي تؤثر على نماء الدماغ في وقت مبكر.



بعبارة أخرى، مع وجود العامل الجيني لاضطراب طيف التوحد، بالإضافة إلى العوامل الأخرى غير الجينية أو غير البيئية تزيد نسبة احتمال اصابة الطفل باضطراب طيف التوحد.و من العوامل البيئية التي قد تؤثر في نسبة الاصابة كالأحداث في فترة الولادة و ما قبل الولادة. والتي تتضمن تقدم عمر الوالدين خلال وقت الحمل. بالإضافة إلى صحة الأم خلال الحمل، الولادة المبكرة، و انخفاض الوزن الشديد عند الولادة. بالإضافة إلى الصعوبات في الحمل والتي تتضمن انخفاض مستوى الاكسجين الحاد والتي تؤثر على المخ. كما أن تعرض الأم للمبيدات الحشرية والتلوث البيئي بشكل كبير قد يزيد من احتمالية اصابة الطفل باضطراب طيف التوحد. من المهم الأخذ بعين الاعتبار بأن هذه العوامل بحد ذاتها لا تؤدي إلى الاصابة باضطراب طيف التوحد. حيث أنها قد تؤثر مع وجود العوامل الجينية.

تشير مجموعة صغيرة ولكنها متنامية من البحوث إلى أن نسبة احتمال الاصابة باضطراب طيف التوحد أقل بين الأطفال الذين تناولت أمهاتهم الفيتامينات (المحتوية على حمض الفوليك) في الأشهر قبل الحمل وخلاله.

وعلى نحو متزايد، يبحث الباحثون عن دور جهاز المناعة في الاصابة باضطراب طيف التوحد. تعمل مؤسسة **التوحد يتحدث** على زيادة الوعي والبحث في هذه الأمور وغيرها من المسائل التي تحتاج إلى اجراء المزيد من الأبحاث لتحسين حياة الذين يعانون من اضطراب طيف التوحد.

رغم أن أسباب اضطراب طيف التوحد معقدة، إلا أنه من الواضح تمامًا أنها لا تنتج عن سوء التربية. في عام 1943، اعتقد الدكتور (Leo Kenner)الطَبيبٌ النَفْسِيّ الذي وصف اضطراب طيف التوحد في البداية على أنه حالة فريدة من نوعها . حيث اعتقد خاطئاً أن السبب هو الأم الباردة عاطفيًا، وغير المحبة. ولكن غير Brunno (Bettelheim)الأستاذ البارز في تنمية الطفل، هذا التفسير الخاطئ لاضطراب طيف التوحد. حيث اعتقد أن زرع و ترسيخ هذه النظرية خلقت جيلا من أولياء أمور حملو معهم عبئا لا يطاق من الشعور بالذنب لشئ لم يرتكبوه ألا و هو إصابة أبنائهم باضطراب طيف التوحد. في الستينيات والسبعينيات، ساعد الدكتور (Bernard Rimland) ، والد ابن مصاب باضطراب طيف التوحد الذي أسس لاحقًا جمعية اضطراب طيف التوحد الأمريكية ومعهد بحوث اضطراب طيف التوحد، المجتمع الطبي على فهم أن اضطراب طيف التوحد هو اضطراب بيولوجي ولا ينجم عن الوالدين الباردين عاطفيًا.

مزيد من المعلومات حول أعراض اضطراب طيف التوحد

يؤثر اضطراب طيف التوحد على الطريقة التي يدرك بها الفرد العالم ويصعّب التواصل والتفاعل الاجتماعي. فاضطراب طيف التوحد يتميز بصعوبات التفاعل الاجتماعي، و التواصل والنزعة إلى الانخراط في السلوكيات التكرارية. ولكن الأعراض وشدتها تتفاوت بشكل كبير عبر هذه المجالات الأساسية الثلاثة. قد ينتج عن ذلك تحديات معتدلة نسبيًا لشخص ما مُصنف في فئة الحد الاعلى للأداء العالي في اضطراب طيف التوحد. بالنسبة للآخرين، قد تكون الأعراض أكثر شدة ، كما هو الحال عندما تتداخل السلوكيات التكرارية و قلة الكلام في الحياة اليومية.

يقال أحيانًا أنه إذا كنت تعرف شخصًا مصابًا باضطراب طيف التوحد، فأنت تعرف شخصاً واحداً مصاباً باضطراب طيف التوحد.

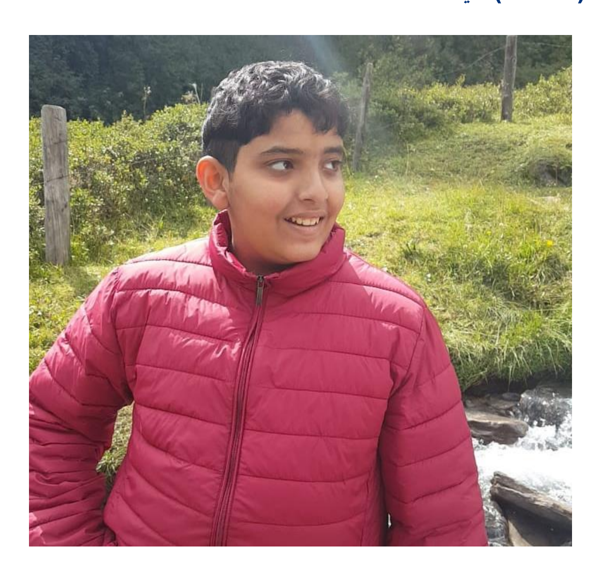
بالرغم من أن اضطراب طيف التوحد عادة يرافق الشخص مدى الحياة، الا ان جميع الأطفال والبالغين يستفيدون من التدخلات أو العلاجات التي قد تقلل من الاعراض وتزيد من المهارات والقدرات.



رغم أنه من الأفضل البدء بالتدخل في أقرب وقت ممكن، يمكن أن تستمر فوائد المعالجة طوال الحياة حيث تتفاوت النتيجة طويلة المدى تفاوتًا كبيرًا. بعض الأطفال قد يفقدون تشخيص اضطراب طيف التوحد بمرور الوقت، في حين البعض الآخر يظل تحت تشخيص اضطراب طيف التوحد. .

لدى العديد من الأطفال مهارات معرفية بالرغم من الصعوبات في القدرات الاجتماعية واللغوية. والبعض قد ينمي مهارات التواصل مع الآخرين عن طريق تنمية النطق. إن الطريقة التي يتصرف فيها طفلك مع الأشياء من حوله قد تختلف تمامًا عن الطريقة التي سيتصرف بها لاحقًا في الحياة.

أخذت بعض المعلومات التالية حول الأعراض الاجتماعية واضطرابات التواصل والسلوكيات التكرارية المرتبطة باضطراب طيف التوحد موقع المعهد الوطني للصحة العقلية (NIMH) في الولايات المتحدة الاتريكية.



الأعراض الاجتماعية

إن الرّضع الذين في طور النماء يعتبرون اجتماعيين بطبيعتهم. فهم يحدقون في الوجوه ويلتفتون الى مصدر الأصوات ويمسكون أصابعنا. حتى إنهم يبتسمون عند عمر الشهرين إلى 3 أشهر. وعلى النقيض من ذلك، يعاني معظم الأطفال من ذوي اضطراب طيف التوحد صعوبة في المشاركة في الحوارات والتفاعل مع الناس بشكل يومي.

عند 8 إلى 10 أشهر من العمر، تظهر لدى الرّضع الذين يتم تشخيصهم باضطراب طيف التوحد لاحقا العديد من الأعراض. من هذه الأعراض: عدم الاستجابة لأسمائهم، قلة الاهتمام بالناس والتفاعل معهم، وتأخر الأصوات الأولى التي يحدثونها قبل الكلمات الأولى. وعند مرحلة الحبو، يجد العديد من الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد صعوبة في ممارسة الألعاب الاجتماعية ولا يقلدون تصرفات الآخرين. كما أنهم يفضلون اللعب لوحدهم. كما أنهم قد يواجهون صعوبة في طلب الإهتمام أو الاستجابة لما يظهره الوالدين من مودة أو حتى غضب.

تشير الأبحاث إلى أن الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد مرتبطين عاطفياً بوالديهم. ومع ذلك، قد يكون التعبير عن هذا الارتباط غير اعتيادي، حيث قد يبدو للوالدين بأن أطفالهم معزولين وغير مرتبطين بهم. فالأطفال والبالغين من ذوي اضطراب طيف التوحد يواجهون صعوبة في تفسير ما يفكر أو يشعر به الآخرين. فمثلا: الدلائل الاجتماعية مثل الابتسامة أو التلويح أو التجهم قد لا يفسرونها في السياق المناسب. فالشخص الذي لا يدرك هذه الإشارات الاجتماعية، قد تعني عبارة مثل: "تعال إلى هنا" قد تعني له شيئا واحدا بغض النظر عن إن كان المتحدث يبتسم ويمد يده لحضن الطفل أو عبوسا وواضعا قبضتيه في وسطه. فبدون القدرة على تفسير الإيماءات وتعبيرات الوجه، يبدو العالم الاجتماعي محيرًا.

يواجه العديد من الاطفال ذوي اضطراب طيف التوحد صعوبة في رؤية الأشياء وفهمها من منظور الآخرين. يفهم معظم الأطفال في سن الخامسة أن المشاعرو الأهداف والأفكار تختلف لدى الناس. ولكن، الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد قد يواجهون صعوبة في فهم هذا الشيء. وهذا بدوره قد يؤثر على قدرة الأطفال على فهم أفعال الآخرين أو التنبؤ بها.

من الشائع أن يواجه الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد صعوبة في تنظيم عواطفهم. ينتج عن هذه العواطف الغير منظمة سلوكيات يراها الآخرين كشكل من أشكال السلوكيات الغير ناضجة مثل: البكاء أو الهيجان بعنف في الأوقات الغير مناسبة. قد تؤدي هذه الصعوبة أيضا إلى سلوكيات عدوانية ومؤذية جسديا. قد تظهر هذه



السلوكيات نتيجة فقدان السيطرة على المشاعر بشكل أوضح في الأوضاع الغير مألوفة أو المحبطة. كما يمكن أن ينتج من الاحباط سلوكيات مضرة للنفس، مثل ضرب الرأس أو شد الشعر أو العض.

لحسن الحظ، يمكن تعليم الأطفال المصابين باضطراب طيف التوحد كيفية التفاعل الاجتماعي، واستخدام الإيماءات وإدراك تعبيرات الوجه. أيضًا، توجد العديد من الاستراتيجيات التي يمكن استخدامها لمساعدة طفل اضطراب طيف التوحد على التعامل مع الإحباط حتى لا يلجأ إلى سلوكيات صعبة. سنناقش ذلك لاحقًا.

صعوبات التواصل

يميل الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد إلى التأخر في المناغاة واصدار الأصوات التي تسبق الكلمات الأولى. إضافة إلى التأخر في تعلم استخدام الايماءات. أما بالنسبة للأطفال الذين يصابون باضطراب طيف التوحد بعد الأشهر الأولى تظهر عليهم الاعراض لاحقاً، قد لا يتأخرون في اصدار هذه الأصوات في العمر المناسب والتي تعتبر طريقة للتواصل الاجتماعي، ولكن قد يفقدون هذه القدرة لاحقا. أما بالنسبة للنطق واللغة قد يعاني الكثير من الأطفال من تأخر في هذه القدرات حيث لا يبدأون الكلام إلا في وقت متأخر. ولكن مع المعالجة المناسبة، يمكن ان يتعلم المصابين باضطراب طيف التوحد كيفية استخدام اللغة و التواصل المناسب.

عندما تنمو القدرات اللغوية، يستخدم الأشخاص ذوي اضطراب طيف التوحد الكلام في سياق غير مناسب. حيث يواجهون صعوبة في جمع الكلمات لتكوين جملة مناسبة ذات معنى، فيستخدون كلمات منفردة أو يكررون نفس العبارة مرارا و تكرارا. و يقوم البعض بتكرار ما يسمعونه حرفيا كالصدى، وهو ما يعرف بالمصاداة.

يفترض العديد من الوالدين أن الصعوبات في التعبير عن اللغة تعني بشكل تلقائي أن أطفالهم غير قادرين على فهم لغة الآخرين، ولكن هذا ليس هو الحال دائمًا. من المهم التمييز بين اللغة التعبيرية واللغة الاستقبالية. غالبًا ما يتعذر على الأطفال الذين يواجهون صعوبات في اللغة التعبيرية التعبير عما يفكرون به من خلال اللغة، في حين أن الأطفال الذين يواجهون صعوبات في اللغة الاستقبالية غالبًا ما يكونون غير قادرين على فهم ما يقوله الآخرون. لذلك، فإن حقيقة أن طفلك قد يبدو غير قادر على التعبير عن نفسه من خلال اللغة لا يعني بالضرورة أنه غير قادر على فهم لغة الآخرين. تأكد من التحدث مع طبيبك أو ابحث عن علامات تشير إلى قدرة طفلك على تفسير اللغة، لأن هذا التمييز سيؤثر على طريقة تواصلك معه.

من المهم فهم أهمية الاستعمالات الاجتماعية للغة عندما تتطلع إلى تحسين مهارات التواصل لدى طفلك والتوسع فيها. تمثل **الاستعمالات الاجتماعية للغة** قواعد اجتماعية لاستخدام اللغة في سياق ذي مغزى أو محادثة. في حين أنه من المهم أن يتعلم طفلك كيفية التواصل من خلال الكلمات أو الجمل، فإنه من المهم أيضًا التأكيد على الوقت المناسب والموقف المناسب للتحدث. تعد التحديات في الاستعمالات الاجتماعية للغة هي إحدى السمات الشائعة لصعوبات اللغة المنطوقة لدى الأطفال ذوي باضطراب طيف التوحد. قد تصبح هذه التحديات أكثر وضوحًا عندما يكبر طفلك.

قد يظهر بعض الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد تأخر بسيط في اللغة أو قد تنمو لديهم اللغة مبكرا مع العديد من المفردات. وبالرغم من ذلك، في كلتا الحالتين قد يواجهون صعوبة في المشاركة المستمرة في الحوار.

يميل بعض الأطفال والبالغين المصابين باضطراب طيف التوحد إلى الاستمرار في حوارات ذاتية حول موضوع مفضل، مانحين للآخرين فرصة ضئيلة للتعليق و التحدث . بعبارة أخرى، يكون "حوار الأخذ والعطاء" أمر صعب. أما بالنسبة لبعض الأطفال الذين يعانون من اضطراب طيف التوحد ذوي المهارات اللغوية الفائقة الذين ينزعون إلى التحدث مثل "الأساتذة الصغار" ، فإنهم يفشلون في المشاركة في "الحوارات الطفولية" الشائعة بين أقرانهم.

توجد صعوبة أخرى شائعة تتمثل في عدم القدرة على فهم لغة الجسد ونبرة الصوت والتعبيرات التي لا يُقصد الاخذ بها حرفيًا. على سبيل المثال، حتى بالنسبة لشخص بالغ مصاب باضطراب طيف التوحد قد يفسر العبارة الساخرة "يااه"، حلو جدًا!"، بمعنى أنه حقًا عظيم.

بالمقابل، قد لا يظهر الأفراد المصابون باضطراب طيف التوحد لغة الجسد النموذجية. حيث قد لا تتطابق تعبيرات



الوجه، والحركات والإيماءات مع ما يقولونه. وقد تفشل نبرة صوتهم في التعبير عن مشاعرهم. حيث يستخدم البعض أغنية بنغمات عالية الصوت أو صوتًا شبيهًا بالروبوت. قد يجعل ذلك من الصعب على الآخرين معرفة ما يريدون ويحتاجون. و بذلك فقد يؤدي هذا التواصل الفاشل، بدوره، إلى الإحباط والسلوك غير اللائق (مثل الصراخ) من جانب الشخص المصاب باضطراب طيف التوحد. لحسن الحظ، هناك طرق مجربة لمساعدة الأطفال والبالغين المصابين باضطراب طيف التوحد على تعلم طرق أفضل للتعبير عن احتياجاتهم. فعندما يتعلم الشخص المصاب باضطراب طيف التوحد توصيل ما يريده، فإن السلوكيات الصعبة غالبًا ما تهدأ.

السلوكيات التكرارية

السلوكيات التكرارية غير المعتادة و / أو الميل إلى المشاركة في مجموعة محدودة من الأنشطة هي أحد الأعراض الأساسية الأخرى للتوحد. وتشمل السلوكيات التكرارية رفرفة اليد ، والتأرجح، والقفز، والدوران، وترتيب الأشياء وإعادة ترتيبها، وتكرار الأصوات أو الكلمات أو العبارات. في بعض الأحيان يكون السلوك التكراري منبهًا ذاتيًا، مثل تمويج الأصابع أمام العينين.

يمكن رؤية الميل إلى المشاركة في مجموعة محدودة من الأنشطة بالطريقة التي يلعب بها العديد من الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد بالألعاب. يقضي البعض ساعات يرتبون الألعاب بطريقة معينة بدلًا من استخدامها للعب . وبالمثل، يستغرق بعض البالغين بترتيب الأشياء في المنزل بطريقة معينة و بترتيب معين وقد ينزعج للغاية إذا أخل شخص ما أو شيء ما ذلك الترتيب. و لهذا، يحتاج العديد من الأطفال والبالغين من ذوي اضطراب طيف التوحد تناسق شديد بين بيئتهم و روتين حياتهم اليومية. فقد تسبب التغيرات الطفيفة ارهاقاً شديداً و تؤدي إلى نوبات هيجان.

يمكن أن تكون السلوكيات التكرارية عبارة عن الانشغال الشديد بشيء معين . حيث قد تُظهر هذه الاهتمامات الشديدة في أمور غريبة تثير اهتمامهم (مثل المراوح، والمكانس الكهربائية أو دورات المياه) أو أمور علمية (مثل معرفة وتكرار معلومات مفصلة مذهلة عن الطائرات أو علم الفلك). قد يُطور الأطفال الأكبر سنًا والبالغين المصابين باضطراب طيف التوحد اهتمامًا هائلًا بالأرقام أو الرموز أو التواريخ أو الموضوعات العلمية.

يحتاج الكثير من الأطفال من ذوي اضطراب طيف التوحد التوافق والاندماج المطلق في بيئتهم



نقاط القوة والتحديات:

أعدها ستيفن شور

من المهم الأخذ بعين الاعتبار أن هذه قائمة عامة. فلكل نقطة من نقاط القوة و التحديات، ستجد في كثير من الأحيان أمثلة في الواقع تثبت العكس. على سبيل المثال، الارتطام بالأشياء عند المشي أو الحركة دون قصد هي أحد التحديات الشائعة. ومع ذلك، لدى بعض المصابين باضطراب طيف التوحد نقاط قوة عظيمة في الحركة والتوازن، ربما كراقص.

نقاط القوة:

- الاهتمام بالتفاصيل
- في كثير من الأحيان تكون المهارة عالية في مجال معين
- التعمق في دراسة شيْ معين والذي قد يصل إلى المعرفة الموسوعية في مجالات الاهتمام
- يميل للتفكير المنطقي (قد يكون مفيد في اتخاذ القرار حيث قد تؤثر العواطف)

عدم الاهتمام بما قد يفكر به الأخرون (يمكن أن تكون نقطة قوة ونقطة تحدي). ويُعرف أيضًا باسم التفكير المستقل. والذي يساعد في النظر للأشياء و الأفكار و المفاهيم بطريقة مختلفة



- عادة ما يكون لديه معالجة بصرية (معالجة المعلومات في الصور أو مقاطع الفيديو)
- درجة الذكاء تكون متوسط إلى أعلى من المتوسط
- غالبًا ما يكونوا لفظيين جدًا (يميلون إلى إعطاء وصفٍ مفصلٍ مفيدٍ عند مساعدة الناس في الاتجاهات
- التواصل المباشر
- الوفاء
- الأمانة
- الاستماع بدون اصدار أي احكام حول الشخص الآخر

التحديات

- إدراك الصورة "الكلية"
- لديه مجموعة متباينة من المهارات
- صعوبة تنمية الدوافع لدراسة مجالات لا يهتم بها
- صعوبة في ادراك عواطف ومشاعر الآخرين
- صعوبة في إدراك قواعد التفاعل الاجتماعي غير المكتوبة، ولكن يمكن تعلم هذه القواعد من خلال التعليم المباشر والروايات الاجتماعية (غاغنون، 2004)
- صعوبة الفهم عند استخدام الطرق الغير مرغوبة مثل الأساليب السمعية، الحركية أو الحسية، إلخ
- صعوبة تحليل وتلخيص المعلومات الهامة عند الحوار

وجود مشاكل الإدماج الحسي حيث يمكن أن تسجل المدخلات بشكل غير متساوٍ وصعوبة في تمييز الضوضاء الخلفية

- تعميم المهارات والمفاهيم
- صعوبة التعبير عن التعاطف بطرق يتوقعها الآخرون أو يفهمونها
- صعوبة في الأداء التنفيذي مما يؤدي إلى صعوبات في تخطيط المهام الطويلة الأمد

الأداء التنفيذي ونظرية العقل

قد يواجه الأفراد المصابون باضطراب طيف التوحد في كثير من الأحيان تحديات تتعلق بقدرتهم على تفسير بعض الإشارات والمهارات الاجتماعية. وقد يكون لديهم صعوبة في معالجة كم كبير من المعلومات و ربطها بالآخرين. . هناك مصطلحان أساسيان يتعلقان بهذه التحديات وهما الأداء التنفيذي ونظرية العقل. يشمل الأداء التنفيذي مهارات مثل التنظيم، والتخطيط، والاهتمام المستدام، والاستجابات غير الملائمة. تشير نظرية العقل إلى قدرة المرء على إدراك كيف يفكر الآخرون ويشعرون وكيف يرتبط ذلك بالفرد ذاته. يمكن لهذه الأمور أن تؤثر على سلوك الأفراد ذوي اضطراب طيف التوحد.

قد تظهر الصعوبات في مجال الأداء التنفيذي بعدة طرق مختلفة. حيث أن بعض الأفراد يهتمون بالتفاصيل الصغيرة، ولكنهم لا يرون كيف تتناسب هذه التفاصيل مع الصورة الأكبر. و البعض الآخر يجدون صعوبة في التفكير المعقد الذي يتطلب حفظ أكثر من فكرة واحدة تسلسلية معًا. أما البعض الآخر فقد يجدون صعوبة في الحفاظ على اهتمامهم أو تنظيم أفكارهم وأفعالهم. كما يمكن أن ترتبط صعوبات الأداء التنفيذية بالتحكم الضعيف في الاندفاع في السلوك . قال تيمبل غرانين ذات مرة:

> "لا يمكنني حفظ معلومة واحدة في ذهني أثناء استكمالي الخطوة التالية التسلسلية".

غالبًا ما يواجه الأفراد ذوي اضطراب طيف التوحد صعوبة في استخدام المهارات المتعلقة بالأداء التنفيذي مثل التخطيط والتسلسل والتنظيم الذاتي.

يمكن تلخيص "نظرية العقل" بعدم قدرة الشخص على فهم أفكار الآخرين ومشاعرهم ونواياهم وتحديدها. يمكن أن يواجه الأفراد ذوي اضطراب طيف التوحد صعوبة في التعرف على مشاعر الآخرين ومعالجتها. و نتيجة لهذه الصعوبة، قد لا يدرك الأشخاص المصابون باضطراب طيف التوحد إذا كانت سلوكيات شخص آخر متعمدة أو عفوية. غالبًا ما تقود هذه الصعوبات الآخرين إلى الاعتقاد بأن الفرد ذو اضطراب طيف التوحد لا يظهر التعاطف أو



يفهمهم، مما قد يخلق صعوبة كبيرة في المواقف الاجتماعية.

في كثير من الأحيان، قد يكون لهذه الصعوبات تأثير كبير على الأفراد ذوي اضطراب طيف التوحد. في كتاب **متلازمة أسبرجر واللحظات الصعبة** الذي ألفته(Brenda Smisth and Jack Southwick)، يوضح المؤلفان العجز الاجتماعي الذي تسببه نظرية العقل:

1. **صعوبة شرح سلوك المرء**
2. **صعوبة فهم العواطف**
3. **صعوبة التنبؤ بالسلوك أو الحالة العاطفية للآخرين**
4. **مشاكل في فهم وجهات نظر الآخرين**
5. **مشاكل في استنتاج نوايا الآخرين**
6. **عدم فهم أن السلوك يؤثر على كيفية تفكير الآخرين و / أو شعورهم**
7. **مشاكل مع الانتباه المشترك والاتفاقيات الاجتماعية الأخرى**
8. **مشاكل التمييز بين ما هو خيال عن ما هو واقع**

يقدم (Oznof , Dauson and Mcbartland)، في كتابهم **"دليل الوالدين لفهم متلازمة آسبرجر واضطراب طيف التوحد العالي الأداء"**، عدة اقتراحات لمساعدة الأطفال المصابين باضطراب طيف التوحد في الفصول الدراسية. لمواجهة التحديات في مجال الأداء التنفيذي، يقدمون الاقتراحات التالية:

- **يمكن استخدام سجل الواجبات الأسبوعية التي تكون بين المنزل والمدرسة ليكون الجميع على بينة بالواجبات و مستوى التقدم**
- **يمكن استخدام القوائم الخاصة بالواجبات لتقسيم المهام الكبيرة إلى مهام صغيرة يمكن أدائها.**
- **استخدام مخططات يومية في تنظيم يوم الطالب**
- **وضع الجدول الدراسي في مكان يمكن أن يراه الطالب**
- **تخصيص الوقت الكافي للتعليمات وتكرار التعليمات والمساعدة الفردية للطلبة**
- **وضع مكتب بشكل تفضيلي قرب المعلم وبعيدًا عن الأمور التي قد تصرف انتباه الطالب**

الأمور الجسدية والطبية التي قد تصاحب اضطراب طيف التوحد

اضطرابات النوبات الصرعية

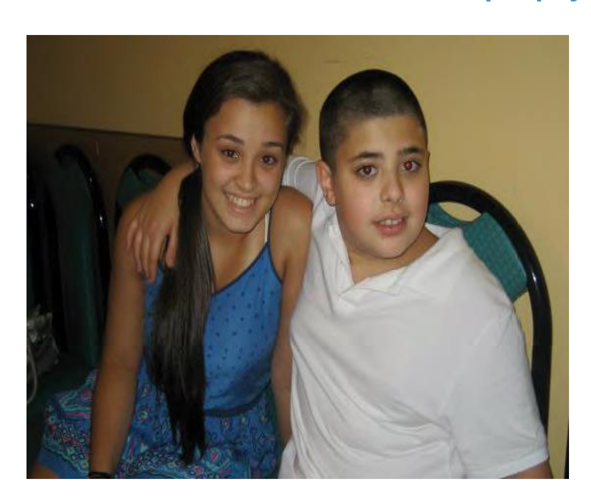
يحدث **اضطراب النوبات الصرعية** المعروف أيضًا باسم **الصَرْع**، لما يصل إلى ثلث الأفراد المصابين باضطراب طيف التوحد. الصرع هو اضطراب دماغي مصحوب بنوبات متكررة . يشير الخبراء أن بعض الأنشطة الغير طبيعية في الدماغ المرتبطة باضطراب طيف التوحد قد تسهم في حدوث النوبات. قد تسبب هذه الانشطة تعطيل الخلايا العصبية في الدماغ. الخلايا العصبية هي خلايا في الدماغ تقوم بمعالجة المعلومات و ارسال الإشارات إلى باقي الجسم. يمكن أن يؤدي الحمل الزائد أو الاضطرابات في نشاط هذه الخلايا إلى اختلالات تؤدي إلى حدوث نوبات.

يعتبر الصرع أكثر شيوعًا لدى الأطفال الذين يعانون أيضًا من صعوبات و تأخر في القدرات الادراكية . أشار بعض الباحثين أن اضطراب النوبات أكثر شيوعًا عندما يظهر الطفل انحدارًا أو فقدانًا للمهارات. توجد أنواع رئيسية وأنواع فرعية مختلفة من النوبات وقد يعاني الطفل ذوي اضطراب طيف التوحد أكثر من نوع واحد. النوع الأسهل التعرف عليه هو الصَّرْعُ الكَبير "grand mal" (أو **نوبات تَوَتُّرِيَّةٌ-رَمَعيَّة**). وتشمل حالات أخرى "الصَّرْعُ الصَّغير" (أو **نَوبَةٌ صَرْعِيَّةٌ مَصْحُوْبَةٌ بغَيْبَة**) و**النوبات دُونَ السَّريرِيَّة**، والتي يظهرها **التخطيط الكهربائي للدِّماغ (EEG)** فقط. ليس من الواضح ما إذا كانت النوبات لها آثار على اللغة والمَعْرِفَة والسلوك. عادة ما تبدأ النوبات المرتبطة باضطراب طيف التوحد إما في مرحلة الطفولة المبكرة أو خلال فترة المراهقة، ولكنها قد تحدث في أي وقت. إذا كنت قلقًا أن يكون طفلك مصابًا بنوبات صرع، يجب استشارة طَبيبُ الجِهازِ العَصَبِيّ. قد يقوم طَبيبُ الجِهازِ العَصَبِيّ بطلب اختبارات قد تشمل **التخطيط الكهربائي للدِّماغ (EEG)، والتَّصْويرُ بالرَّنينِ المِغْناطيسِيّ (MRI)، والتَصْويرٌ المَقْطِعِيٌّ المِحْوَرِيٌّ المُحَوسَب (CT)** و **فحص الدم الشامِل (CBC)**. عادة ما يُعالج الأطفال والبالغين المصابين بالصرع **بمضادات النوبات** أو الأدوية المعالجة للنوبات الصرعية لتقليل الحدوث أو القضاء عليها. إذا كان طفلك مصابًا بالصرع،

فيجب أن يتابعه عن كثب طَبيبُ الجِهازِ العَصَبِيّ لوصف الدواء (أو مزيج من الأدوية) الذي يعطي أفضل النتائج مع أقل آثار جانبية وتعلم أفضل الطرق لضمان سلامة طفلك أثناء حدوث نوبة الصرع.

يمكنك الاطلاع على مزيد من المعلومات حول اضطراب طيف التوحد والصرع في الموقع:

autismspeaks.org/family-services/epilepsy.



الاضطرابات الجينية

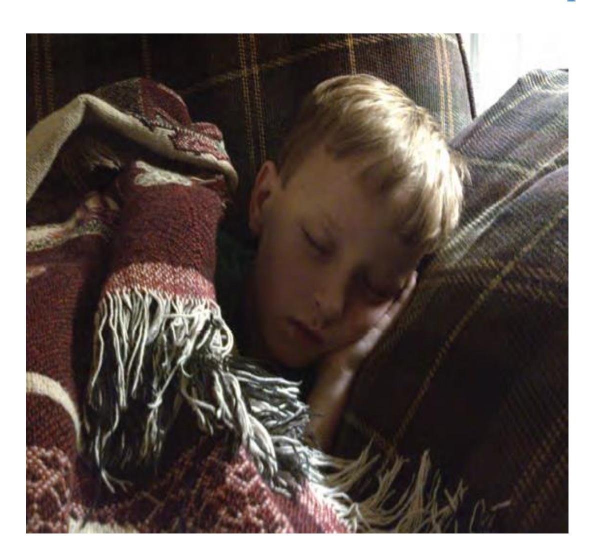
لدى بعض الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد حالة وراثية محددة تؤثر على نمو الدماغ. وتشمل هذه الاضطرابات الوراثية متلازمة إكس الهشة (Fragile X syndrome)، ومتلازمة أنجلمان، والتَصَلُّبٌ الحَدَبِيّ، ومتلازمة ازدواجية الصِبْغِيّ 15 وغيرها من الاضْطِرابّات أُحادِيَّة الجين والاضْطِرابّات الصِبْغِيّة. في حين نحتاج إلى مزيد من الدراسات حول الموضوع، إلا أنه يبدو أن الاضْطِرابّات أُحادِيَّة الجين تؤثر على 15 إلى 20 % من أولئك الذين يعانون من اضطراب طيف التوحد. بعض هذه المتلازمات لها سمات مميزة أو تاريخ عائلي، قد يؤدي وجودها إلى حث طبيبك على إحالة طفلك إلى اِخْتِصاصِيُّ الوِراثِيّات أو طَبيبُ الجِهازِ العَصَبِيّ لإجراء مزيد من الاختبارات. يمكن أن تساعد النتائج على زيادة الوعي بالأمور المرتبطة طبيًا وتوجيه المعالجة وتخطيط الحياة.

اضطرابات الجهاز المَعِدِيٌّ المِعَوِيّ (GI)

يشتكي العديد من الوالدين وجود مشاكل في **الجهاز المَعِدِيٌّ المِعَوِيّ (GI)** لدى أطفالهم ذوي اضطراب طيف التوحد. نسبة انتشار المشاكل المَعِدِيٌّة المِعَوِيّة مثل **الْتِهابُ المَعِدَة، والإمْساك المُزْمِن، والْتِهابُ القَولون والْتِهابُ المَرِيء** في الأفراد الذين يعانون من اضطراب طيف التوحد غير معروفة بالضبط. حيث أشارت المسوحات أن ما بين 46 و 85 % من الأطفال المصابين باضطراب طيف التوحد يعانون من مشاكل مثل الإمْساك المُزْمِن أو الإسهال. حددت إحدى الدراسات تاريخًا لأعراض الجهاز المَعِدِيٌّ المِعَوِيّ (مثل نمط غير طبيعي لحركات الأمعاء والإمساك المتكرر والقيء المتكرر وألم البطن المتكرر) في 70% من الأطفال المصابين باضطراب طيف التوحد. إذا كان طفلك يعاني من أعراض مشابهة، فستحتاج إلى استشارة **طَبيبُ الجِهازِ الهَضْمِيّ**، ويفضل أن يكون طبيبًا من الأطباء الذين يتعاملون مع مرضى اضطراب طيف التوحد. قد يتمكن طبيب طفلك من مساعدتك في إيجاد الاِخْتِصاصِيُّ المناسب. في بعض الأحيان يُتعرف على الألم الناجم عن مشكلات في الجهاز المَعِدِيٌّ المِعَوِيّ بسبب تغير في سلوك الطفل، مثل زيادة السلوكيات المهدئة ذاتيًا مثل التأرجح أو نوبات العدوان أو إصابة الذات. ضع في الاعتبار أن طفلك قد لا يكون لديه المهارات اللغوية لإخبارك عن الألم الناجم عن مشكلات الجهاز الهضمي. قد ينتج من معالجة مشكلات الجهاز المَعِدِيٌّ المِعَوِيّ تحسن في سلوك طفلك. تشير الأدلة السَرْدِيَّة إلى أن بعض الأطفال قد يساعدهم التدخل الغذائي في مشاكل الجهاز المَعِدِيٌّ المِعَوِيّ، بما في ذلك التخلص من منتجات الألبان والأطعمة المحتوية على الغلوتين. (لمزيد من المعلومات، راجع النِظامٌ الغِذائِيٌّ الخَالي مِنَ الغلوتين والخَالي مِنَ الكازين في قسم المعالجة من هذا الملف.) وكما هو الحال مع أي معالجة، من الأفضل استشارة طبيب طفلك لوضع خطة شاملة. في يناير 2010، أطلقت مؤسسة **التوحد يتحدث** حملة لإعلام أطباء الأطفال حول تشخيص ومعالجة مشاكل الجهاز المَعِدِيٌّ المِعَوِيّ المرتبطة باضطراب طيف التوحد.

للحصول على معلومات إضافية من الجريدة الرسمية للأكاديمية الأمريكية لطب الأطفال، راجع الموقع:
pediatrics.aappublications.org/cgi/content/full/125/Supplement_1/S1.

للحصول على المعلومات التي يمكن مشاركتها مع طبيب طفلك، راجع الموقع:



الصعوبة في النوم

هل يعاني طفلك من صعوبة في النوم خلال الليل؟ مشاكل النوم شائعة عند الأطفال والمراهقين المصابين باضطراب طيف التوحد. قد يؤثر وجود طفل يعاني من مشاكل في النوم على جميع أفراد الأسرة. وقد يكون لها أيضًا تأثيرًا على قدرة طفلك على الاستفادة من المعالجة. في بعض الأحيان قد يكون سبب مشاكل النوم هي مسائل طبية مثل **انْقِطاعُ النَّفَسِ الانْسِدادِيُّ النَّومِيّ** وقد تحل معالجة المسائل الطبية تلك المشكلة. في حالات أخرى، عندما لا يكون هناك سبب طبي، قد تتم السيطرة على مشاكل النوم من خلال تدخلات سلوكية بما في ذلك تدخلات "تصحح النوم"، مثل الحد من فترات النوم خلال النهار وعمل نظام وقت نوم معتاد. هناك بعض الأدلة على وجود أنشطة غير طبيعية في تنظيم **الميلاتونين** في الأطفال المصابين باضطراب طيف التوحد. في حين أن الميلاتونين قد يكون فعالا في تحسين قدرة الأطفال المصابين باضطراب طيف التوحد على النوم، إلا أن هناك حاجة لمزيد من البحوث. لا ينبغي إعطاء الميلاتونين أو الأدوية المساعدة على النوم من أي نوع دون استشارة طبيب طفلك.

لمزيد من المعلومات حول مشكلات النوم، تفضل بزيارة:

autismspeaks.org/press/gastrointestinal_treatment_guidelines.php

autismspeaks.org/science/resources-programs/autism-treatment-network/tools-you-can-use/ sleep-tool-kit

الخَلَلٌ الوَظيفِيّ الحسي

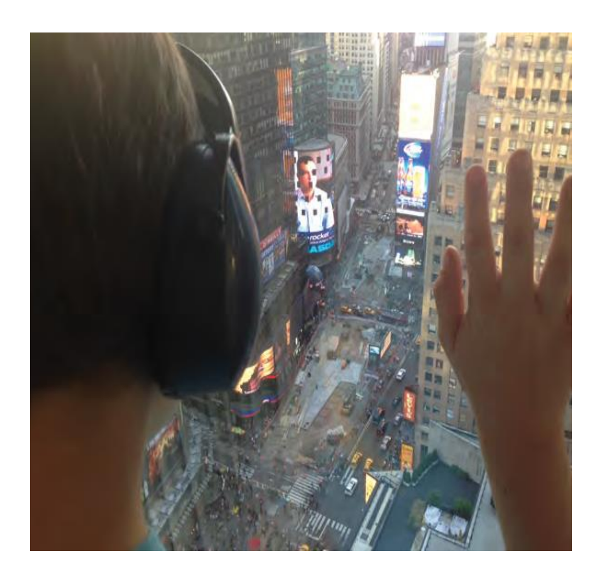
يعاني العديد من الأطفال المصابين باضطراب طيف التوحد من استجابات غير عادية **لمُنَبِّهات او مدخلات حِسِّيّة** . هذه الاستجابات ترجع إلى صعوبة في معالجة ودمج المعلومات الحسية. يمكن أن تتأثر الرؤية والسمع واللمس والشم والذوق والشعور بالحركة (**الجِهازُ الدِّهْليزِيّ**) والشعور بالموضع (**اسْتِقْبالُ الحِسِّ العَميق**) جميعها. هذا يعني أنه بينما تُستشعر المعلومات بشكل طبيعي، فقد تُدرك بشكل مختلف كثيرًا. في بعض الأحيان يمكن اعتبار المنبهات التي تبدو "طبيعية" للآخرين مؤلمة أو غير سارة أو مربكة لدى طفل يعاني من **الخَلَلٌ الوَظيفِيّ الدمجي الحسي (SID)**، والذي هو المصطلح الاكلينيكي لهذه الخاصية. (يمكن أن يُسمى الخَلَلٌ الوَظيفِيّ الدمجي الحسي أيضًا اضطراب المعالجة الحسية أو اضطراب الدمج الحسي.) يمكن أن تتضمن حالات الخَلَلٌ الوَظيفِيّ الدمجي الحسي فرط الحساسية (المعروف أيضًا باسم **الدفاع الحسي**) أو فرط الحساسية. مثال على فرط الحساسية هو عدم القدرة على تحمل ارتداء الملابس أو لمسه أو وضعه في غرفة بإضاءة طبيعية. قد تظهر **الحساسية المفرطة** في زيادة تحمل الطفل للألم أو الحاجة المستمرة للتنبيه الحسي. عادة ما يعالج ما تتم معالجة الخَلَلٌ الوَظيفِيّ الدمجي الحسي بالمعالجة المهنية و / أو المعالجة الدمجية الحسية.

الوَحَم Pica

هو اضطراب في الأكل يتضمن تناول أشياء ليست طعامًا. غالبًا ما يتناول الأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين 18 و 24 شهرًا موادًا غير غذائية، ولكن هذا عادة ما يكون جزءًا طبيعيًا من النمو. ويستمر بعض الأطفال المصابين باضطراب طيف التوحد وغيرهم ممن يعانون من الاضطرابات النمائية إلى ما بعد الإطار الزمني النموذجي النمائي ويستمرون في تناول أشياء مثل الأوساخ والطين والطباشير ورقائق الطلاء. يجب اختبار الأطفال الذين يظهرون علامات القرض المستمر للأصابع أو الأشياء، بما في ذلك الألعاب، بحثًا عن مستويات عالية من معدن الرصاص في الدم، خاصة إذا كان هناك احتمال معروف



للتعرض البيئي للرصاص. يجب أن تتحدث مع طبيبك عن هذه المخاوف حتى يمكنه مساعدتك في المعالجة. سوف يساعدك طبيب طفلك في تقييم ما إذا كان طفلك يحتاج إلى تدخل سلوكي أو إذا كان ذلك أمرًا يمكن معالجته في المنزل.



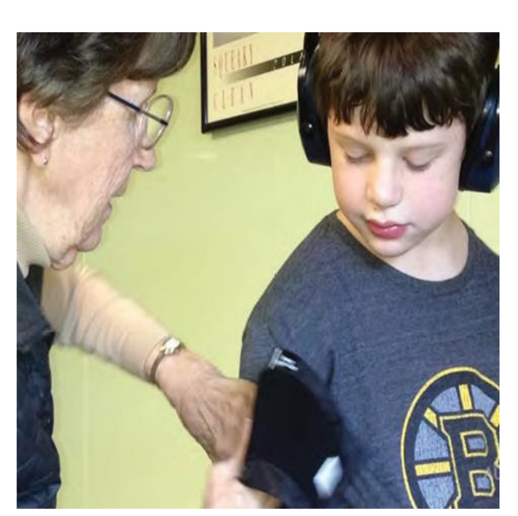
قم بزيارة صفحة ملفات أدوات مؤسسة التوحد يتحدث لتنزيل ملفات الأدوات مع المعلومات والمصادر المتعلقة بالوحم لكل من الوالدين والمهنيين على الموقع

autismspeaks.org/family-services/tool-kits.

الصِحَةُ النَّفْسِيَّة

في كثير من الأحيان، قد يتلقى الطفل المُشخص باضطراب طيف التوحد (ASD) تشخيصًا إضافيًا مثل اضْطِرابُ نَقْصِ الانْتِباهِ مَعَ فَرْطِ النَّشَاط (ADHD). يعتبر اضْطِرابُ نَقْصِ الانْتِباهِ مَعَ فَرْطِ النَّشَاط والقَلَق شائعين إلى حد كبير ويمكن أن يساعد التعامل مع هذه التشخيصات بشكل صحيح في مساعدة طفلك على تحقيق خطوات كبيرة. تشير الدراسات الحديثة إلى أن 1 من كل 5 أطفال في اضطراب طيف التوحد يعانون أيضًا من اضطراب نقص الانتباه وفرط النشاط و 30% يعانون من **اضطراب القلق** مثل رُهابُ المُجْتَمَع وقَلَقُ الانْفِصال واضْطِرابُ الهَلَع وحالات رُهابُ معينة. تشمل الأعراض التقليدية لاضْطِرابُ نَقْصِ الانْتِباهِ مَعَ فَرْطِ النَّشَاط المشاكل المزمنة مع عَدَمُ الانْتِباه والاندفاعية وفَرْطِ النَّشَاط. إلا أنه قد تحدث هذه الأعراض أو أعراض مشابهة أيضا نتيجة اضطراب طيف التوحد. لهذا السبب، من المهم أن يقيم الحالة شخص لديه خبرة في كلا الاضطرابين.

فيما يتعلق بالقلق، فإن الأطفال المصابين باضطراب طيف التوحد يعبرون عن القلق أو العَصَبِيَّة بالعديد من الطرق نفسها التي يتبعها الأطفال الذين في طور النمو عادة. من المفهوم أن العديد من الأفراد المصابين باضطراب طيف التوحد يعانون من مشكلة في التواصل بالتعبير عن شعورهم. المظاهر الخارجية قد تكون أفضل إشارات. في الواقع، يشك بعض الخبراء في أن الأعراض الخارجية للقلق - مثل التعرق والعصبية - قد تكون بارزة بشكل خاص بين أولئك المصابين باضطراب طيف التوحد. وهذا يمكن أن يشمل ضربات قلب متسارعة،و شد العَضَل و ألم في المعدة. من المهم أن يقيم طفلك اِخْتِصاصِيُّ لديه خبرة في كل من اضطراب طيف التوحد والقلق حتى يتمكن من توفير أفضل خيارات للمعالجة.





أنت وعائلتك واضطراب طيف التوحد

كيف أتعامل مع التشخيص؟

أنت لست مستعدًا أبدًا لتشخيص اضطراب طيف التوحد. من المحتمل أن تعاني من مجموعة من العواطف.

رغم أن طفلك هو المُشخص باضطراب طيف التوحد، إلا أنه لا بد أن نقر بأن اضطراب طيف التوحد أمر "يحدث" للأسرة بأكملها. فهو يؤثر على كل فرد من أفراد الأسرة. قد يصعب التعامل مع اضطراب طيف التوحد، سواء بالنسبة للشخص الُمشخّص أو للأسرة. يمكن أن يؤدي إلى العديد من التغييرات في الأسرة، سواء داخل المنزل أو خارجه. لحسن الحظ، مع زيادة الوعي، توجد العديد من الأماكن التي يمكن الذهاب إليها للحصول على الدعم والمساعدة.قدمت هيئة العاملين في مستشفى مايو كلينيك النصيحة التالية لمساعدتك في رحلتك مع طفلك وأسرتك ككل:

- **تعرف على الاضطراب.** قبل 15 عامًا فقط، لم يسمع العديد من أطباء الأطفال عن اضطراب طيف التوحد. أما الآن، توجد العديد من الكتب والمواقع الإلكترونية المخصصة لهذا الاضطراب. قم ببعض البحوث حتى تفهم بشكل أفضل تحديات طفلك ومجموعة الخدمات في مدينتك.
- **تعرف على طفلك.** تختلف علامات وأعراض اضطراب طيف التوحد من طفل لآخر، ويجد الأطفال الصغار صعوبة في شرح سلوكياتهم وتحدياتهم. ولكن، مع الوقت والصبر، ستعرف أي الأوضاع والبيئات التي قد تسبب مشاكل لطفلك وما هي إستراتيجيات التأقلم التي تتماشى. احتفظ بيوميات وابحث عن الأنماط التي قد تساعد.



- **ابحث عن فريق من المهنيين الموثوق بهم.** ستحتاج إلى اتخاذ قرارات مهمة بشأن تعليم طفلك و علاجه. ابحث عن فريق من المعلمين والمُعالجين الذين يمكنهم المساعدة في تقديم الخيارات المتاحة في مدينتك وشرح الأنظمة المتعلقة بالأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة.
- **ساعد الآخرين لكي يساعدوا طفلك.** لا يوجد لدى معظم الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد علامات واضحة تدل على الإحتياجات، لذلك قد تحتاج إلى تنبيه المدربين والأقارب وغيرهم من البالغين إلى احتياجات طفلك الخاصة. خلاف ذلك، قد يقضي المعلم أو المدرب وقتًا في التحدث مع طفلك حول أهمية النظر إليه أثناء حديثه- وهو أمر قد يكون صعبًا جدًا على الطفل ذواضطراب طيف التوحد.
- **ساعد طفلك لكي يحول وساوسه إلى حماس.** النزوع إلى التثبيت على موضوع معين هو واحد من السمات المميزة لاضطراب طيف التوحد ويمكن أن يكون مزعجًا لأولئك الذين يجب عليهم الاستماع إلى الحديث المستمر عن الموضوع كل يوم. ولكن الاهتمام هذا يمكن أن يربط الطفل المصاب باضطراب طيف التوحد بالواجبات المدرسية والأنشطة الاجتماعية. في بعض الحالات، يمكن للأطفال المصابين باضطراب طيف التوحد حتى تحويل افتتانهم بطفولتهم إلى وظيفة أو مهنة.

تقديم الرعاية للمربين و مقدمي الرعاية

قد يكون تغيير مسار حياة طفلك من ذوي اضطراب طيف التوحد تجربة مفيدة للغاية. فأنت تحدث فرقًا هائلًا في حياته. لتحقيق ذلك، تحتاج إلى الاعتناء بنفسك. فكر في الإجابة على هذه الأسئلة: **من أين يأتي دعمك وقوتك؟ كيف حالك حقًا؟ هل تحتاج الى البكاء؟ الشكوى؟ الصراخ؟ هل تريد بعض المساعدة ولكن لا تعرف من تسأل؟**

تذكر أنه إذا كنت تريد أن ينال طفلك أفضل رعاية ممكنة، فيجب عليك أولَا الحصول على أفضل رعاية ممكنة لنفسك.

غالبًا ما يفشل الوالدين في تقييم مصادر قوتهم أو مهاراتهم في التأقلم . قد تكونان مشغولان للغاية لتلبية احتياجات طفلكما بحيث لا تسمحان لنفسكما بوقتٍ للاسترخاء أو البكاء أو حتى مجرد التفكير. قد تنتظران حتى تشعران بالإرهاق أو الإجهاد بحيث يمكنكما بالكاد الاستمرار قبل أن تفكران في احتياجاتكما الخاصة. الوصول إلى هذه النقطة لا يساعدكما أنتما أو عائلتكما. قد تشعران أن طفلكما يحتاج إليكما الآن أكثر من أي وقت مضى. قد تكون قائمة "المهام" هي ما تدفعكما إلى الأمام الآن. قد تشعران بالغضب التام ولا تعرفان من أين تبدأن. لا توجد طريقة واحدة للتأقلم. كل أسرة فريدة من نوعها وتتعامل مع المواقف العصيبة بشكل مختلف. سيساعدكما بدء طفلكما في المعالجة على الشعور بتحسن. إن الإقرار بالتأثير العاطفي لاضطراب طيف التوحد والاهتمام بنفسكما خلال هذه الفترة المجهدة سيساعدكما في إعدادكما للتحديات القادمة. يعد اضطراب طيف التوحد واسع الانتشار ومتعدد الأوجه. لن يغير ذلك الاضطراب الطريقة التي تنظران بها إلى طفلكما فحسب، بل ستتغير الطريقة التي تنظران بها إلى العالم. إن الحفاظ على التواصل المفتوح والصادق مع الشريك والعائلة بالإضافة إلى مناقشة المخاوف والمشاغل سيساعدكما على التعامل مع العديد من التغييرات في حياتك. كما قد يقول لك بعض الوالدين، قد تكون شخصًا أفضل لذلك. الحب والأمل اللذان تفيضان بهما من أجل طفلكما يجعلكما أقوى مما تدركان.

إليك بعض النصائح من أولياء الأمور الذين عايشوا ما تمر به:

ابدأ المشوار

يساعد بدء طفلك في المعالجة على الاستمرار. توجد العديد من التفاصيل التي ستنتظم في برنامج المعالجة المكثف، خاصة إذا كان مقرها في منزلك. إذا كنت تعرف أن طفلك يشارك في أنشطة مفيدة، فسوف تكون أكثر قدرة على التركيز على المضي قدمًا. كما أنه قد يوفر لك بعض وقتك حتى تتمكن من تثقيف نفسك والدفاع عن طفلك ورعايتك لنفسك.

اطلب المساعدة

قد يكون طلب المساعدة صعبًا للغاية، خاصة في البداية. لا تتردد في استخدام أي دعم متوفر لك. قد يرغب الأشخاص من حولك في المساعدة، لكن قد لا يعرفون كيف. هل يوجد شخص يمكن أن يكون مع أطفالك الآخرين ما بعد الظهر؟ أو طهو عشاء لعائلتك ليلة واحدة بحيث يمكنك قضاء ذلك الوقت في التعلم؟ هل يمكن لشخص أن يشتري لك بعض الأشياء من المتجر أو يقوم بغسيل الملابس؟

تحدث مع شخص ما

كل شخص يحتاج إلى شخص للتحدث معه. دع شخص ما يعرف ما الذي تمر به ويعرف شعورك. يمكن للشخص الذي يستمع فقط أن يكون مصدرًا للقوة. إذا لم تتمكن من الخروج من المنزل، فاستخدم الهاتف للاتصال بصديق.

فكر في الانضمام إلى مجموعة دعم

قد يكون من المفيد الاستماع أو التحدث إلى الأشخاص الذين مروا أو يمرون بتجربة مماثلة. يمكن أن تكون مجموعات الدعم مصادر رائعة للمعلومات حول الخدمات المتوفرة في منطقتك ومن الذي يوفرها. قد تضطر إلى الانضمام إلى أكثر من مجموعة للعثور على مجموعة تشعر بأنها المناسبة لك. قد تشعر أنك لست "ذلك الشخص المنتمي إلى مجموعة الدعم". بالنسبة للعديد من الوالدين في وضعك، تقدم مجموعات الدعم أملًا وارتياحًا وتشجيعًا كبيرًا. قد ترغب أيضًا في التفكير في حضور برنامج ترفيهي للأطفال المصابين باضطراب طيف التوحد. قد تكون هذه وسيلة جيدة لمقابلة آباء آخرين مثلك تمامًا.



وجدت إحدى الدراسات من جامعة فاندربيلت، وهي جزء من شبكة المعالجة التابعة لمؤسسة **التوحد يتحدث**، أن أمهات الأطفال المصابين باضطراب طيف التوحد يستفيدون بشكل كبير من دروس الحد من الإجهاد الأسبوعي التي تقدمها أمهات أخرى. خفضت الدروس مستويات عالية من الإجهاد الشخصي والقلق والاكتئاب المصاحب لهن سابقًا وحسنت تفاعل الأم مع أطفالها.

"في مجموعة دعمي، قابلت مجموعة من النساء اللواتي كن يبحثن عن نفس الأشياء التي كنت أريدها.

حاول أخذ قسطٍ من الراحة.

إذا استطعت، اسمح لنفسك بأخذ بعض الوقت بعيدًا، حتى لو كان لبضع دقائق للتنزه فقط. إذا كان من الممكن، فلتجرب الذهاب إلى السينما، أو التسوق، أو زيارة صديق. إذا شعرت بالذنب حيال أخذ قسطٍ من الراحة، فحاول تذكير نفسك بأن هذا الفاصل من الراحة سيساعدك على الشعور بالتجدد للقيام بالأشياء التي عليك القيام بها عند عودتك. حاول الحصول على قسط من الراحة. إذا كنت تنام بشكل منتظم، فستكون مستعدًا بشكل أفضل لاتخاذ قرارات جيدة، وكن صبورًا أكثر مع طفلك وأكثر قدرة على التعامل مع الإجهاد في حياتك.

فكر في الاحتفاظ بدفتر اليوميات.

تلاحظ (Louise DeSalvoo) في كتابها **الكتابة كوسيلة للشفاء** أن الدراسات أظهرت أن: "الكتابة التي تصف الأحداث المؤلمة وأفكارنا ومشاعرنا المتجذرة عنها مرتبطة بوظيفة مناعية محسنة، والصحة العاطفية والجسدية المحسنة، والتغييرات السلوكية الإيجابية. "وجد بعض الوالدين أن دفتر اليوميات أداة مفيدة لتتبع تقدم أطفالهم، وما هي الأمور التي تناسبه وما لا يناسبه. ضع في اعتبارك الوقت الذي تقضيه على الإنترنت. سيكون الإنترنت أحد أهم الأدوات التي لديك لتعلم ما تحتاج إلى معرفته عن اضطراب طيف التوحد وكيفية مساعدة طفلك.

للأسف، يوجد المزيد من المعلومات على الانترنت تكون غير صحيحة و مربكة. تأكد من الاستفادة من المصادر الموثوقة.

كولي أمر، تذكر دائما أن تثق بأحاسيسك..

توجد العديد من الطرق لسلكها، و العديد من الآراء و العلاجات التي يمكن تجربتها . أنت تعرف طفلك أفضل من أي شخص آخر. لذا ابحث مع فريق معالجة طفلك عن أفضل ما يناسب طفلك و عائلتك.

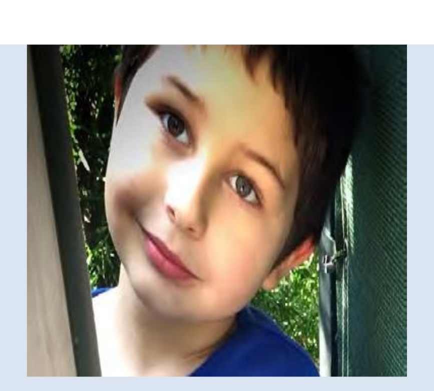
في الوقت الحالي، بينما تحاول تحقيق أقصى استفادة من كل دقيقة، راقب على مدار الساعة وأسأل نفسك باستمرار هذه الأسئلة المهمة:

هل ما أقرأه الآن من المحتمل جدًا أن يكون مناسبًا لطفلي؟
هل هي معلومات جديدة؟
هل ستساعد؟
هل من مصدر موثوق؟

في بعض الأحيان، سيكون الوقت الذي تقضيه على الإنترنت قيمًا للغاية. في أوقات أخرى، قد يكون من الأفضل لك ولطفلك استغلال هذا الوقت للعناية بنفسك.

سيكون الإنترنت أحد أهم الأدوات التي لديك لتعلم ما تحتاج إلى معرفته عن اضطراب طيف التوحد وكيفيته





كن مرنًا أثناء أوقات الشدائد

للدكتور(Peter Faustino) ، إِخْتِصاصِيُّ عِلْمِ النَّفْس المدرسي، ومندوب الولاية لدى الجمعية الوطنية لاختصاصيي علم النفس المدرسي (NASP) وعضو في لجنة خدمات الأسرة التابعة لمؤسسة التوحد يتحدث

المرونة، أو إيجاد طرق للتكيف بشكل صحيح مع التحديات أو الإجهاد في حياتك، هي عملية، وليست سمة شخصية. كشفت البحوث عن العديد من العناصر الأساسية المساعدة على تعزيز المرونة، وبالنظر إلى ما يلي، ستجد أنك لا تساعد طفلك فقط ولكن نفسك وعائلتك بأكملها أيضًا.

الارتباط: من أقوى الركائز في المرونة وجود علاقات إيجابية أو الشعور بالارتباط بالآخرين. بينما قد يكون تشخيص اضطراب طيف التوحد أمرٌ استثنائي في البداية، إلا أنه لم يعد مرادفًا للوحدة أو قلة أماكن طلب المساعدة. عندما تستند العلاقات مع الأصدقاء والجيران والأسرة على الدعم المتبادل والرعاية، فيمكنهم تعزيز المرونة.

الكفاءة: كلما ظهر التحدي، يشعر الأفراد بفقدان السيطرة على الوضع وعلى حياتهم. تساعدك الكفاءة أو في هذه المرحلة المبكرة من التعلم عن اضطراب طيف التوحد ومن ثم اتخاذ إجراءات حول أهداف واقعية على اكتساب حس السيطرة.

قد يكون وجود معلومات جديدة بالثقة والشعور بمزيد من الكفاءة (ليس فقط حول اضطراب طيف التوحد ولكن في جوانب أخرى من حياتك) عاملًا حاسمًا في الحفاظ على آفاق مفعمة بالامل

الرعاية: في النهاية، ستقود رحلتك إلى منطقة يمكنك فيها موازنة العواطف السلبية مع تلك الإيجابية. فالحرص على تجنب مشاهدة حدث غير قابل للتحمل أو غير قابل للتغيير مقابل البحث عن الفرص والنظر في الحدث في سياق أوسع يمكن أن يكون عاملًا مهمًا للقدرة على المرونة. المواقف الإيجابية مثل تشجيع نفسك على المحاولة، والعزم على المثابرة حتى تحقيق النجاح، وتطبيق نهج حل المشكلات في المواقف الصعبة وتشجيع مشاعر العزيمة أو الحسم أمر بالغ الأهمية. كما تشير الرعاية أيضًا إلى الوالدين الذين يراعون عقولهم وأجسادهم، ويمارسون الرياضة بانتظام، وكذلك الاهتمام بالاحتياجات الأساسية والمشاعر.

المرونة هي نتيجة قدرة الأفراد على التفاعل مع بيئاتهم والعمليات التي تعزز الرفاهية أو تحميهم من التأثير الهائل لعوامل الخطر. في كثير من الحالات، يمكن أن تكون الشدائد بمثابة لوحة ربيعية للازدهار والنجاح، ليس فقط في أطفالنا، ولكن في أنفسنا كذلك.



"هل ابنكم ضمن اضطراب طيف التوحد؟"

في كلماتها الخاصة، تصف أليسيا ك. بتلر، التي لديها ابن مشخص حديثًا، تجربتها بصفتها جزءٍ من مجتمع اضطراب طيف التوحد.

كان السؤال يضايقني قليلا. في يوم من الأيام دخلت أنا وابني في تدريب الجمباز للأطفال المصابين باضطراب طيف التوحد. و في ذلك الوقت كان قد تم تشخيصه قبل ثلاثة أسابيع فقط ولم نخبر أحدا باستثناء الأصدقاء المقربين والأسرة. كانت هذه هي المرة الأولى التي كنا فيها في مكان مخصص للأطفال المشابهين لطفلي ولم أكن على استعداد للتحدث مع شخص غريب عن ذلك.

"نعم" أجبت، في محاولة لجعل المحادثة قصيرة.

"أهلًا ومرحبًا! هذا هو ابني الذي هناك واسمي ساندي. كم عمر ابنك؟ هل تعيشين في المدينة؟ منذ متى وأنتِ تعرفين أن ابنك ضمن الطيف؟ ما هو تشخيصه؟ "كنت لا أريد حقًا أن أجيب على هذه الأسئلة. لم أكن متأكدة إن كنا ننتمي أنا و ابني لهذا التدريب، ، وكل ما أردت فعله هو الالتفات إلى ابني لأرى كيفية استجابته التدريب. شاهدت الأطفال الآخرين وهم يأتون - ستة أولاد وفتاة واحدة - وكانت غريزتي الأولى أننا كنا في المكان الخطأ. كان هناك صبي صغير يبكي، وآخر يدور في دوائر، وآخر يجري في جميع الاتجاهات المختلفة. ابني ليس هكذا، فكرت في نفسي. هذا ليس لنا.

ثم نظرت إلى إبني هنري. شاهدته وهو يمسك بشدة بيد المساعدة بينما كان يسير على عارضة توازن منخفضة، لكنه لم يكن ينظر إلي عينيها عندما تحدثت إليه. شاهدته يحاول الهروب للقفز في حفرة كتل الرغوة الحسية وركز جدًا على حفرة الرغوة هذه لدرجة أنه لم يتمكن من الحركة إلى أي مكان آخر. لقد استمعت إليه في حين كان يغمغم أثناء تمايله ذهابًا وإيابًا على الحلقات ورأيت الرعب على وجهه عندما ارتفع مستوى الضجيج بشكل كبير. ترقرقت الدموع في عيني. نحن ننتمي إلى هذا المكان. كان هذا هو المكان المناسب له. لقد وجدنا مكانًا آمنًا له لتمرين عضلاته في بيئة تفهم احتياجاته الخاصة. لطالما تجنبنا دروس جمباز "عادية"، ودروس الموسيقى ومجموعات اللعب بسبب سلوكه. لم يعطني أحد هنا مظاهر الرفض المعتادة التي نتلقاها عندما نكون في الأماكن الخارجية، أخذت نفسا عميقًا والتفت للأم.

"مرحبا! شُخص ابني هنري بتشخيص اضطراب نمائي منتشر (PDD-NOS) قبل بضعة أسابيع. نحن نعيش في المدينة. في الحقيقة، لقد رأيت ابنك في الحضانة التي يحضرها ابني. ما المدة التي قضاها ابنك في حضور الدروس هنا؟ "

لقد تطلب مني الكثير لكي اجري هذه المحادثة ولكني شعرت بالراحة في النهاية. كانت الأم الأخرى تحاول أن تعثر على شخص آخر يكافح بشكل يومي مثلما تفعل - وهو أمر يئست فعلًا القيام به لأسابيع وأشهر. لقد تم الترحيب بي فورًا في مجموعة من الناس الذين يفهمون ما أمر به . لم تتحرك مشاعر أحدٍ عندما دفن هنري نفسه تحت كتل الرغوة في نهاية الفصل لذا لم يضطر إلى المغادرة. شعرت بالراحة والتفهم من جميع الأمهات والمدرسين عندما كان يصاب بانهيار كبير عندما أردنا مغادرة صالة الجمباز و كلهم شجعوني عندما وصلنا أخيرًا إلى حذاءنا وخرجنا من الباب. هؤلاء كن الأمهات اللاتي شاركنني صعوباتي اليومية في الخروج من المنزل. أخيرًا، وجدنا مكانًا شعرنا فيه أننا ننتمي إليه.

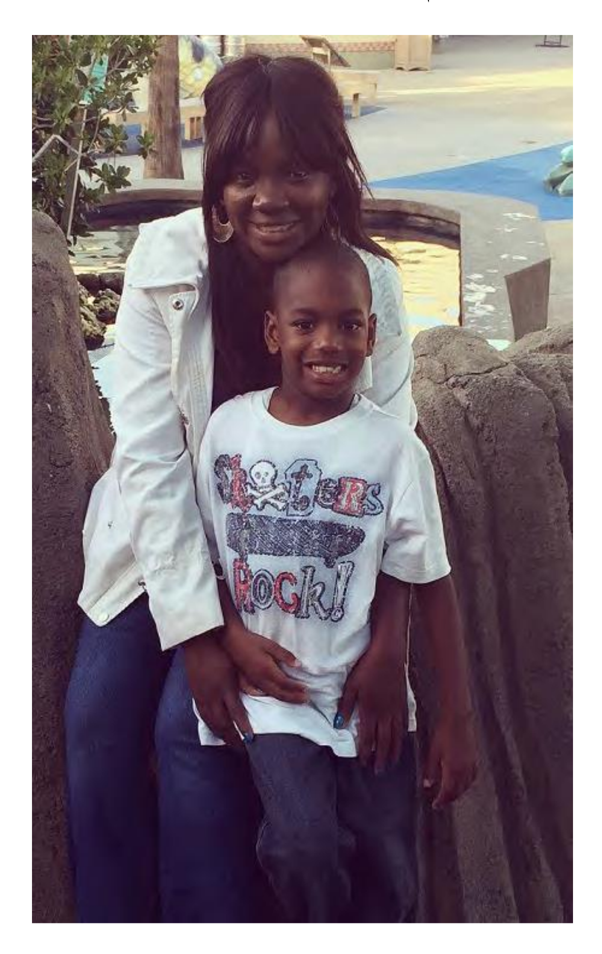
"هل سنراك الأسبوع القادم؟" سألت الأم.

"طبعًا" أجبتها.



كيف يؤثر هذا على أسرتنا؟

رغم أن طفلك هو من شُخص باضطراب طيف التوحد، إلا أنه من المهم أن نقر بأن اضطراب طيف التوحد يؤثر على جميع أفراد الأسرة. قد يساعدك هذا القسم من ملف أدواتك على توقع بعض المشاعر التي تعتريك أنت وعائلتك وغيركم من أفراد أسرتك.



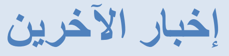
إخبار أفراد الأسرة

المقالة التالية، من "هل يعاني طفلي من اضطراب طيف التوحد؟، (Wendy L.Stone)، دكتوراه الفلسفة"

توفر هذه المقالة بعض المعلومات المفيدة للحديث إلى والديك وأفراد الأسرة و القريبين حول تشخيص اضطراب طيف التوحد.

تختلف ردود الفعل على نطاق واسع. ولكن أيا كان رد الفعل سيكون من المهم جدا تثقيف والديك حول طبيعة اضطراب طيف التوحد بعد أن تخبرهم بالتشخيص

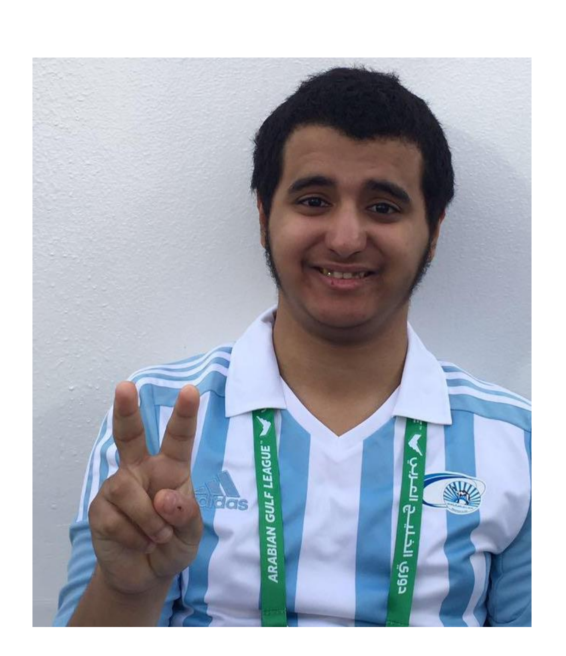
"هل تعرف هذه السلوكيات التي أربكتنا منذ فترة طويلة؟ حسنا، الآن لدينا اسم لها وتفسير لحدوثها. لا يتصرف الطفل هاري بالطريقة التي يتصرف بها لأنه غير مؤدب أو لأنه خجول أو لأنه لا يحبنا - إنه يتصرف بهذه الطريقة لأنه مصاب باضطراب طيف التوحد. يفسر اضطراب طيف التوحد لماذا لا يتكلم أو يستخدم الإيماءات ولماذا لا يبدو أنه يفهم ما نقوله. وهذا يفسر سبب عدم اهتمامه بالتفاعل معنا مثلما يفعل الأطفال الآخرون في الأسرة ولماذا يلعب بالملاعق والزجاجات بدلًا من الألعاب. أعلم أن هذا خبر مزعج بالنسبة لنا جميعًا. لكن الخبر السار هو أن هذا الاضطراب قد شُخص مبكرًا، وهناك الكثير من الأمور التي يمكننا القيام بها لمساعدته. سوف يبدأ بعض المعالجات قريبًا، وسأتعلم أشياء يمكن أن أفعلها لمساعدته في المنزل. أعلم أنك ستحتاج إلى بعض الوقت للتفكير في كل هذا. ولكن إذا كانت لديك أي أسئلة أثناء بدء المعالجة، فسأكون سعيدًا بأن أبذل قصارى جهدي للإجابة عليها. أعلم أننا جميعًا نأمل في الحصول على أفضل نتيجة ممكنة. "بعد المحادثة الأولية حول هذا التشخيص، استمر في إحاطة أطفالك الآخرين وعائلتك الكبيرة بالمعلومات.



إخبار الآخرين

المقالة التالية من كتاب التغلب على اضطراب طيف التوحد، ومؤلفته لين كيرن كوجيل، دكتوراه الفلسفة. وكلير لازبنيك حيث قدمتا اقتراحًا لكيفية إخبار الآخرين، وشرحت لنا السبب في أن بعض الأشخاص يمكن أن يساعدوك على تسهيل حياتك بشكل أكبر لك.

يجب عليك، كما تعلم. إخبار الناس. لا يتعين عليك إخبار الغرباء في الشارع أو غير ذلك، ولكن ثق في الأشخاص الذين يحبونك. كان هذا الأمر الذي قمنا به صحيحًا: أخبرنا عائلاتنا وأصدقائنا على الفور. أولًا اتصلنا بهم، ثم قمنا بنسخ مقال شامل جيد كتبه شخص ما عن اضطراب طيف التوحد ووضّحناه بتفاصيل عن أندرو، وقمنا بإرساله بالبريد إلى كل شخص نعرفه. (بالمناسبة، يمكنك أن تفعل نفس الأشياء مع أجزاء من هذا الكتاب.) لم ينقطع أي من أصدقائنا الجيدين عنا بسبب أن طفلنا لديه اضطراب طيف التوحد. عكس ذلك - احتشد أصدقائنا وعائلاتنا حولنا بطرق مذهلة واستمروا في تشجيعنا على التقدم الذي أحرزه أندرو عامًا بعد عام. بكل أمانة، إخبار الناس بأن ما مررنا به فقط جعل حياتنا أسهل. قبل ذلك، شعرنا بالقلق من أن أندرو في بعض الأحيان قد يتصرف بسلوك غير طبيعي. ولكن بمجرد تشخيصه رسميًا، كان الجميع يلتمسون العذر لنا، وبدلًا من التساؤل عما يحدث،عبر معظم الناس الذين عرفناهم عن احترامهم لنا لما نقوم به و مدى قدرتنا على تحمل هذه التغييرات و التأقلم معها. الأصدقاء الحقيقيون لا يزيد حبهم لك لكونك ناجحًا أو يقل حبهم لك بسبب المشاكل. في كثير من الأحيان قد تشغلنا أمور عن التواصل مع الأصدقاء ولكن عندما يعبرون عن احتياجهم لنا فإننا نسارع إليهم لمساعدتهم. الآن حان الوقت للاستفادة من ذلك. اخبر أصدقائك، وأخبرهم عن صعوباتك. أنت تتعامل مع تحدٍ كبير، يمكنك الاستفادة من كل مساعدة ممكنة.



إخبار الأقران

إن التحدث مع الأقران والطلبة الآخرين أمر هام للغاية لمساعدة الطفل الذي يعاني من اضطراب طيف التوحد لمساعدته للشعور بالراحة بشكل أكبر في المدرسة أو في الاماكن الاجتماعية. إذا كان الأقران على دراية بزميلهم أنه من ذوي اضطراب طيف التوحد وفهم الأسباب الكامنة وراء سلوكه الفردي أحيانًا، فإن ذلك سيزيد من قبوله ويحد من التنمر أو السخرية. من المهم توضيح اضطراب طيف التوحد للأطفال بطريقة تجعلهم يتفهمون صديقهم أو زميلهم. على سبيل المثال، تحدث عن حقيقة أن العديد منا يواجه تحديات. حيث أنه قد لا يتمكن أحد زملائه من الرؤية وقد يحتاج إلى نظارات نتيجة لذلك، و قد يكون هناك طفل آخر يعاني من مشاكل في المواقف الاجتماعية ويحتاج إلى الدعم نتيجة لذلك. قد يساعد ذلك في تحديد واحد أو اثنين من الأقران الذين يمكنهم أن يكونوا بمثابة "رفاقا" لمساعدة طفلك على الشعور بالارتياح أكثر في المدرسة.

طور ستيفن شور أربع خطوات للإفصاح عن اضطراب طيف التوحد، والتي وجدها فعالة في كثير من المواقف. تعتبر هذه الخطوات أداة لتسهيل فهم معنى اضطراب طيف التوحد ومساعدة الآخرين على فهم أن اضطراب



طيف التوحد ليس "عائقًا"، بل مجموعة من نقاط القوة والتحديات. من خلال التواصل مع الآخرين، لا يمكن للأشخاص المصابين باضطراب طيف التوحد أن ينجحوا فقط بل يمكنهم التميز أيضًا.

الخطوات الأربع للإفصاح عن اضطراب طيف التوحد

تأليف ستيفن شور

ابدأ تحديد نقاط قوة طفلك وتحدياته. استخدم كلمة "التحديات" بدلًا من "نقاط الضعف" لأنك تستطيع مواجهة "التحديات". إذا كان ستيفن موجودًا في الفصل لفترة قصيرة، فقد يعزز أحد الوالدين ذلك بقوله: "إن ستيفن جيد جدًا في اتباع القواعد. و لكن في كثير من الأحيان عندما يكون هناك تغيير في الجدول، سترى ستيفن يشعر ببعض القلق."

حاول أن تجد نقطة قوة التي يستخدمها طفلك ليتغلب على التحدي. على سبيل المثال، أثناء الدرس في الفصل، قد يستخدم طفلك جهاز كمبيوتر لتدوين الملاحظات. قد يقول أحد الوالدين "وجد ستيفن أن الكتابة باليد صعبة للغاية، لذلك هذه هي الطريقة التي يدون بها الملاحظات".

تحدث عن خصائص الآخرين لوضع طفلك في سياق أوسع. قد يقول أحد الوالدين "ستيفن لديه نقطة القوة هذه. الناس الآخرين لديهم نقاط قوة أخرى. كلنا نحاول أن نبني على نقاط قوتنا لنصل إلى حياة منتجة ".

أخيرًا، أظهر المسمى. اشرح أن اضطراب طيف التوحد ما هو إلا مجموعة من السمات ونقاط القوة والتحديات، وأن الأطباء والعلماء قد حددوا هذه الخصائص على أنها اضطراب طيف التوحد.



شرح التشخيص لطفلك

وفقا للخبراء، من الضروري أن يشرح الوالدين التشخيص لأطفالهم. في كثير من الأحيان، قد يساعد هذا في وضع الأطفال على مسار قبول الذات ويمكن أن يتيح لهم الوقت لفهم الأسئلة وطرحها. بدون معرفة تشخيصهم، يمكن للأطفال المصابين باضطراب طيف التوحد أن يقارنوا أنفسهم بالآخرين ويصلون إلى استنتاجات لا أساس لها من الصحة عن أنفسهم و صحتهم.

لا يعتقد الأطفال الذين تقل أعمارهم عن ثماني سنوات في كثير من الأحيان أنهم يختلفون عن أقرانهم، وبالتالي فإن الصورة الأكبر لاضطرابات النماء قد تكون معقدة للغاية بالنسبة لهم لفهمها. عند التحدث مع طفلك، تذكر استخدام الكلمات المناسبة ، من أجل تحسين التواصل بينكما. يمكن أن يساعدك في التحدث مع طفلك عن كونه فردًا وتوضيح وجود اختلافات بين جميع الأشخاص. استخدام اللعب، وأحيانا الكتب، يمكن أن يساعد أيضًا في مساعدة الأطفال المصابين باضطراب طيف التوحد لفهم أنفسهم بشكل أفضل . تأكد من إظهار نقاط قوة طفلك بالإضافة إلى التحديات التي يواجهها. من المفيد الإشارة إلى أن كل شخص لديه مجالات قوة وضعف.

"شخص ابننا البالغ من العمر 9 سنوات حديثًا باضطراب طيف التوحد. وهو يعلم بوجود شيئ ما ولكننا غير واثقين من كيفية شرحه له. هل من نصيحة؟"

في الجزء أدناه، تجيب إخْتِصاصِيّةُ عِلْمِ النَّفْس السريري لورين إلدر، دكتوراه الفلسفة، عن سؤال والدة حول كيفية إخبار ابنها عن اضطراب طيف التوحد الذي لديه:

مشاركة تشخيص طفلك معه أمر صعب يشترك فيه العديد من الوالدين. يحتاج الأطفال إلى فهم ما يجري، ولكن يجب أن تكون المناقشة مناسبة لعمرهم ومستوى نموهم.

أنصحك بأن تكون المحادثات مستمرة و متسلسلة بدلا من المناقشة لمرة واحدة. إليك بعض النصائح لبدء المحادثة وإعداد بعض الإجابات عن الأسئلة التي قد يسألها ابنك:

اشرح اضطراب طيف التوحد من حيث نقاط القوة ونقاط الضعف لدى طفلك.
قد ترغب في التركيز على ما يجيده، ثم مناقشة الأمور الصعبة بالنسبة له. يمكنك توضيح أن تقييمه التشخيصي قدّم معلومات مهمة حول كيفية استخدام نقاط قوته لمواجهة تحدياته. ركز على أن للجميع نقاط قوة ونقاط ضعف. أعط بعض الأمثلة عن نفسك وعن أشقائه وغيرهم من الناس الذين يعرفهم.

قدم معلومات أساسية عن اضطراب طيف التوحد.
استنادًا إلى نضوج ابنك وفهمه، قد ترغب في مواصلة الحديث عن معنى اضطراب طيف التوحد. أنت تريد أن تعطي طفلك صورة إيجابية ولكن واقعية.

قد يساعد ابنك أن يسمع أن اضطراب طيف التوحد شائع وأنه يوجد العديد من الأطفال مثله. هذا يمكن أن يفتح نقاشًا حول نقاط القوة والتحديات التي يشترك فيها العديد من الأطفال المصابين باضطراب طيف التوحد. يمكنك أيضًا مناقشة أن الأفراد المصابين باضطراب طيف التوحد يميلون إلى الاختلاف عن غيرهم من الأطفال.

على سبيل المثال، قد تشرح أن العديد من الأطفال المصابين باضطراب طيف التوحد جيدون جدًا في تذكر الأشياء. والبعض قد يكونون متفوقين في بناء الأشياء أو في الرياضيات. وضح أيضًا أن العديد من الأطفال المصابين باضطراب طيف التوحد يجدون صعوبة في تكوين صداقات والتواصل مع أشخاص آخرين.

لا تجعل المحادثات كلها عن اضطراب طيف التوحد.
من المهم التأكيد على أن نقاط قوة وتحديات ابنك الذاتية ليست سوى جزء من هويته. لا تنسى أن تذكر بعض تلك الصفات الخاصة التي لا علاقة لها باضطراب طيف التوحد. سيساعد هذا طفلك على فهم أن اضطراب طيف التوحد هو شيء لديه، وليس جميع ما هو عليه.

أكد على الدعم الذي يحصل عليه طفلك.
اشرح لابنك سبب حصوله على الخدمات التي يحصل عليها. على سبيل المثال، يمكنك إخباره أنه يرى معالجًا للتخاطب لمساعدته على التواصل بشكل أكثر وضوحًا، أو أنه يرى معالجًا سلوكيًا لتحسين طريقة تكوينه للأصدقاء. ساعده على فهم كيف يريد معالجوه ومعلموه مساعدته. يمكنك أن تشير إلى أننا جميعًا بحاجة إلى بعض المساعدة لنصبح أفضل ما يمكن أن نكون عليه. يحتاج بعض الأطفال إلى مساعدة إضافية لتعلم القراءة ، إلخ.

توقع تكرار هذه المحادثات!
يحتاج جميع الأطفال - وخاصة الذين يعانون من اضطراب طيف التوحد - إلى سماع بعض المعلومات عدة مرات. هذا لا يعني أنه لا يفهم. ما أخبرته به وإنما، قد تكون مراجعة هذه المواضيع جزءً هاما من معالجته للمعلومات.

ابحث عن نماذج القدوة والأقران.
من المهم للأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد قضاء بعض الوقت مع أقران نموذجيين. ومع ذلك، يمكن أن تكون تجربة رائعة لقضاء بعض الوقت مع الأطفال الآخرين في اضطراب طيف التوحد. فكر في تسجيل ابنك في مجموعة ألعاب أو مجموعة مهارات اجتماعية خاصة بالأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد.

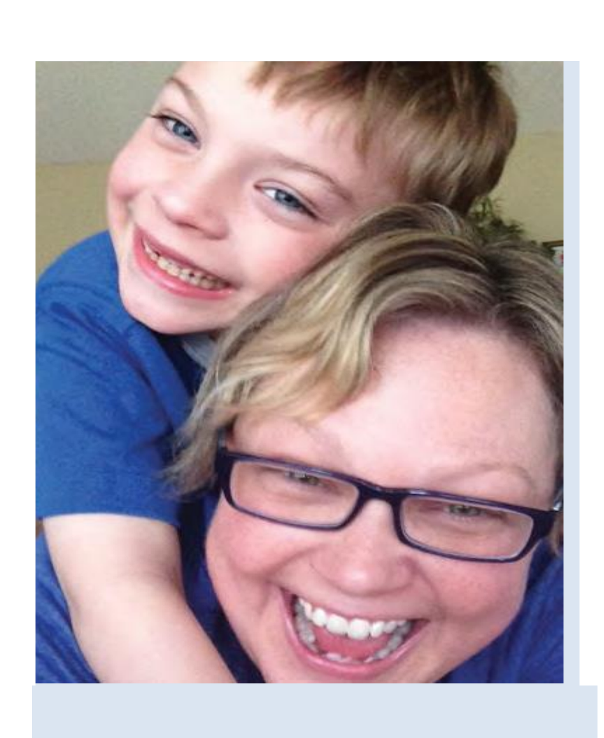



15 نصيحة لعائلتك

نتيجة لعملها مع العديد من الأسر التي تتعامل بشكل رائع مع تحديات اضطراب طيف التوحد، تقدم كاثرين سميرينغ، دكتوراة الفلسفة، خمسة نصائح للآباء، وخمسة نصائح للأخوة وخمسة نصائح لأفراد الأسرة الأوسع:

5 نصائح للوالدين

1. تعلم أن تكون أفضل مناصر يمكنك أن تكون عليه لطفلك. كن واسع الاطلاع. استفد من جميع الخدمات المتاحة لك في مجتمعك. سوف تقابل الممارسين ومزودي الخدمات الذين يمكنهم تثقيفك ومساعدتك. سوف تجمع قوة كبيرة من الأشخاص الذين تلتقي بهم.
2. لا تستبعد مشاعرك. تحدث عن مشاعرك. قد تشعر بالتناقض والغضب. هذه هي العواطف التي يمكن توقعها. من الجيد أن تشعر بمشاعر متضاربة.
3. حاول توجيه غضبك نحو الاضطراب وليس تجاه أحبائك. عندما تجد نفسك تتجادل مع شريكك حول قضية ذات صلة باضطراب طيف التوحد، حاول أن تتذكر أن هذا الموضوع مؤلم لكليكما؛ وكن حذرًا حتى لا تغضبا من بعضكما عندما يكون اضطراب طيف التوحد فعلا هو الذي أزعجك وأغضبك. حاول أن يكون لديك بعض مظاهر حياة الكبار, والاهتمام بالنفس. احرص على عدم ترك اضطراب طيف التوحد يستهلك كل ساعة من حياتك. اقض وقت ممتع مع أطفالك الذين في طور النمو و حاول الامتناع عن التحدث باستمرار عن اضطراب طيف التوحد. يحتاج كل فرد في عائلتك إلى الدعم والسعادة على الرغم من الظروف.
4. قدر الانتصارات الصغيرة التي قد يحققها طفلك. أحب طفلك وافتخر بكل إنجاز صغير. ركز على ما يمكنه القيام به بدلًا من مقارنته مع طفل نموذجي. أحب طفلك كما هو أو هي.



5. اشترك في مجتمع اضطراب طيف التوحد. لا تقلل من أهمية قوة "المجتمع". قد تكون قائدًا لفريقك، لكن لا يمكنك فعل كل شيء بنفسك. كون صداقات مع اولياء الامور الآخرين الذين لديهم أطفال يعانون من اضطراب طيف التوحد. من خلال مقابلة اولياء الامور الآخرين، ستحصل على دعم الأسر التي تفهم تحدياتك اليومية. يعد اشتراكك في استشارات اضطراب طيف التوحد أمر ممكن لك ومثمر. سوف تفعل شيئا لنفسك وكذلك لطفلك من خلال الأفعال الاستباقية.

"لقد ساعدتني مجموعات الدعم على تعلم المزيد حول احتياجات طفلي وقدراته الفريدة، كما ساعدتنا على ان نصبح انا و زوجي أفضل أبوين لابنائنا وأفضل شريكين لبعضنا البعض في هذه الرحلة."



5 نصائح للإخوة والأخوات

1. تذكر أنك لست وحدك! تواجه كل أسرة تحديات الحياة ... ونعلم، أن اضطراب طيف التوحد تحد بذاته ... ولكن إذا نظرت عن قرب، فكل شخص تقريبًا يواجه صعوبة في أسرته.
2. كن فخورًا بأخيك أو أختك. تعلم أن تتحدث عن اضطراب طيف التوحد وأن تكون منفتحًا وراضيًا وتصف الاضطراب للآخرين. إذا كنت راضيًا عن الموضوع ... فسيكونوا راضين أيضًا. إذا شعرت بالحرج من أخيك أو أختك، فسوف يشعر أصدقاؤك بذلك وسيجعلهم يشعرون بالحرج. إذا تحدثت بصراحة مع أصدقائك عن اضطراب طيف التوحد، فسوف يصبحون راضين. ولكن، مثل أي شخص آخر، في بعض الأحيان سوف تحب أخوك أو أختك وأحيانا قد لا تحبه. من الجيد أن تشعر بمشاعرك. وغالبًا ما يكون الأمر أسهل عندما يكون لديك شخص مختص لمساعدتك على فهمها - شخص مميز يوجد هنا من أجلك فقط! أحب أخوك أو أختك هو أو هي!
3. على الرغم من أنه من المحزن أن تكون حزينًا لأن لديك أخ أو أخت متأثرًا باضطراب طيف التوحد، إلا أنه لا يساعد الشعور بالغضب لفترات طويلة من الزمن. غضبك لا يغير الموقف؛ فقط يجعلك تشعر بالحزن أكثر ،تذكر أن أمك وأبيك قد يكون لديهما هذه المشاعر أيضًا.
4. اقضِ بعض الوقت مع والديك وحدهما. إن القيام بالأشياء معًا كأسرة مع أو بدون أخيك أو أختك يقوي روابط عائلتك. لا بأس بالنسبة لك أن تحتاج وقتًا بمفردك. وجود أحد أفراد الأسرة مصابًا باضطراب طيف التوحد في كثير من الأحيان يستهلك وقتا كبيرًا ويستحوذ على الانتباه. يجب أن تشعر بالأهمية أيضًا. تذكر، حتى لو لم يكن أخاك أو أختك مصابًا باضطراب طيف التوحد، فستظل بحاجة إلى وقت مع أمك وأبيك.



"في البداية شعرت بالضياع والارتباك حول أخي، لكن الآن بعد أن ساعداني والديّ في شرح الأمور لي، يمكنني أن أكون أخًا أكبر أفضل وأن أساعد

5. ابحث عن نشاط يمكنك القيام به مع أخيك أو أختك. ستجد أنه من المجدي التواصل مع أخيك أو أختك، حتى لو كان مجرد حل لغز بسيط معًا. بصرف النظر عن مدى ضعفه أو ضعفها، فإن القيام بشيء ما معًا يخلق تقاربًا. سوف يتطلع أخوك أو أختك إلى هذه الأنشطة المشتركة ويرحب بك بابتسامة خاصة.



5 نصائح للأجداد وأفراد الأسرة الموسعة

1. أفراد الأسرة لديهم الكثير ليقدمونه. يستطيع كل فرد من أفراد الأسرة تقديم الأشياء التي تعلّمها بشكل أفضل مع مرور الوقت. اسأل كيف يمكنك أن تكون مفيدًا لعائلتك. ستكون جهودك موضع تقدير حتى لو كان ذلك يعني رعاية الطفل حتى يتمكن الوالدان من الخروج لتناول العشاء أو جمع المال للمدرسة الخاصة التي تساعد الطفل. نظم غداء أو دعوة لمسرحية أو كرنفال أو لعبة ورق.
2. ابحث عن من يدعمك. إذا وجدت نفسك تواجه صعوبة في قبول حقيقة أن أحد أفراد أسرتك لديه اضطراب طيف التوحد، ابحث عن دعمك الخاص. قد لا تتمكن عائلتك توفير هذا النوع من الدعم لك، لذا يجب أن تكون متفهمًا وأن تبحث في مكان آخر. وبهذه الطريقة يمكنك أن تكون أقوى بالنسبة لهم، مما يساعد في مواجهة العديد من التحديات التي يواجهونها. كن منفتحًا وصريحًا بشأن هذا الاضطراب. كلما تحدثت عن الأمر، كلما شعرت بشكل أفضل. يمكن أن يصبح أصدقاؤك وعائلتك مصدر دعمك ... ولكن فقط إذا شاركت أفكارك معهم. قد يكون من الصعب التحدث عنه في البداية، ولكن مع مرور الوقت، سيكون اضطراب طيف التوحد بتعليمك أنت وعائلتك دروسًا عميقة في الحياة.
3. تجنب أن تحكم على الآخرين. فكر في مشاعر عائلتك وكن داعمًا. احترام القرارات التي يتخذونها لأطفالهم ذوي اضطراب طيف التوحد. إنهم يعملون بجد لاستكشاف جميع الخيارات و البحث عنها وعادة ما تستخلص استنتاجات مدروسة. حاول عدم مقارنة الأطفال. (وهذا ينطبق على الأطفال الذين في طور النمو عادةً). يمكن للأطفال ذوي ضطراب طيف التوحد أن يحققوا أفضل ما لديهم.
4. تعلم المزيد عن اضطراب طيف التوحد. فهو يؤثر على الناس في جميع الأوضاع الاجتماعية والاقتصادية. هناك بحوث واعدة، بها العديد من الاحتمالات في المستقبل. شارك هذا الشعور بالأمل مع عائلتك، أثناء تثقيف نفسك حول أفضل الطرق للمساعدة في السيطرة هذا الاضطراب.



5. حدد وقت خاص لكل طفل. يمكنك الاستمتاع بلحظات خاصة مع أفراد الأسرة الذين في طور النمو عادةً وأفراد الأسرة ذوي اضطراب طيف التوحد. نقر بأنهم يختلفون، لكن جميع الأطفال يتطلعون إلى قضاء بعض الوقت معك. يبدع الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد في الروتينيات، لذلك ابحث على أحد الأشياء التي يمكنك القيام بها معه، حتى لو كان مجرد الذهاب إلى المنتزه لمدة 15 دقيقة. إذا ذهبت إلى المنتزه نفسه كل أسبوع، فستكون هناك احتمالية مع مرور الوقت سوف يصبح هذا النشاط أسهل وأسهل ... الأمر يتطلب بعض الوقت والصبر. إذا كنت تواجه صعوبة في محاولة تحديد ما يمكنك فعله، اسأل عائلتك. سوف يقدروا بإخلاص الجهد الذي تبذله.

توجد أيضًا ملفات أدوات متخصصة لأشخاص معينين في حياتك. للوصول إليهم قم بزيارة الموقع:

autismspeaks.org/family-services/tool-kits/familysupport- tool-kits.

"ساعدني التحدث إلى الأجداد الآخرين على الشعور بأنني جزء من مجتمع أكبر وتعلم المزيد عن حفيدتي. الآن استطيع مساعدة عائلتي بأفضل ما يمكنني وقضاء وقت ممتع مع كل فرد من أحفادي ".




كيف يعالج اضطراب طيف التوحد؟

الطريق أمامنا سيكون وعرًا. ستكون هناك أوقات سوف تلاحظ فيها ان تحركك صعب بشكلٍ غير متوقع. عندما يحدث ذلك، حاول تذكير نفسك بأن تلك الامور ما هي إلا مطبات تقليل السرعة، وليست حواجز. تعامل معها منفردة في كل مرة. من المهم أن تبدأ الآن. توجد مجموعة متنوعة من الخدمات المتاحة لمعالجة طفلك وتعليمه.

من المهم جدا أن نتذكر أن طريقة واحدة أو تدخل واحد قد لا يصلح لكل طفل. تذكر أن طفلك فريد من نوعه ويؤدي دوره مستخدمًا نقاط قوته لمساعدته بأفضل طريقة ممكنة. قد يساعد معالجة اضطراب طيف التوحد طفلك على التنقل خلال التحديات الاجتماعية، ويستثمر في نقاط قوته أو نجاحه. قبل أن نصل إلى أنواع المعالجات المتاحة، من المفيد التراجع خطوة إلى الخلف والنظر إلى الصورة الأكبر. رغم أن البحوث والخبرات قد كشفت عن العديد من الاسرار المحيطة باضطراب طيف التوحد، إلا أنه يظل اضطرابًا معقدًا يؤثر على كل طفل بشكل مختلف. ومع ذلك، فإن العديد من الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد حققوا نجاحات ملحوظة مع المجموعات الصحيحة من المعالجات والتدخلات.

يرحب معظم الوالدين بالمعالجة التي قد تخفف كل التحديات التي تجعل الحياة صعبة على أطفالهم. ونظرًا لأنه لا يمكن تلخيص تحديات طفلك في كلمة واحدة، فلا يمكن معالجتها باستخدام معالجة واحد. يجب معالجة كل تحد بالمعالجة المناسب. لا يوجدعلاج واحد لكل طفل. ما يصلح لأحد الأطفال قد لا يصلح لآخر. ما يصلح لأحد الأطفال لفترة من الوقت قد يتوقف مفعوله. بعض المعالجات مدعومة بالبحوث التي تدل على فعاليتها، في حين أن البعض الآخر غير ذلك. إن مهارة المُعالِج وخبرته وأسلوبه يؤثر بشكل حاسم في فعالية التدخل.

في كتابهما "دليل الوالدين في متلازمة أسبرجر واضطراب طيف التوحد العالي الأداء"، يقول أوزونوف ودوسون وماكبارتلاند إن المبدأ التوجيهي هو تعلم كيفية التعامل مع صعوبات أطفالك أثناء توجيه نقاط قوة طفلك. ويشيرالباحثان إلى أن العديد من الأشخاص ذوي اضطراب طيف التوحد لديهم مهارات ملحوظة في واحدٍ أو أكثر من المجالات التالية:

- **الذاكرة - وخاصة الذاكرة عن ظهر قلب**
- **مهارات أكاديمية متفوقة**
- **التفكير البصري**
- **التعرف على النظام واتباع القواعد**
- **لديهم حماس و يقين**
- **الراحة والتوافق مع البالغين عوضًا عن الأطفال**

في الواقع، في بعض الأحيان يمكن أن ينظر إلى أعراض اضطراب طيف التوحد على أنها "نقاط قوة" ويمكن استخدامها لمساعدة طفلك على النجاح في الحياة. في أحيان أخرى، يمكن توجيه السلوكيات الفريدة لطفلك إلى نقاط قوة بإيلاء الدعم المناسب، وقليل من الإبداع وتغيير في المنظور.

من أجل تحديد المعالجات والتدخلات التي ستكون أكثر فاعلية بالنسبة لفرد من ذوي اضطراب طيف التوحد، يجب إجراء تقييم شامل لجميع الأعراض. يجب أن يدرس التقييم مجموعة واسعة من العوامل بما في ذلك التاريخ السلوكي، والأعراض الحالية، وأنماط التواصل، والكفاءة الاجتماعية، والأداء العصبي السيكولوجيّ. من الأهمية النظر إلى نقاط القوة والضعف لدى الطفل في كل مجال من هذه المجالات لرسم صورة كاملة وواضحة. قد يكون لدى ذوي اضطراب طيف التوحد نقاط قوة ونقاط ضعف مختلفة تمامًا عن فرد آخر بنفس التشخيص.

قد تكون المعالجة الأكثر أهمية والأكثر فاعلية لطفل ما غير ضرورية وغير فعالة لطفل اخر. ونتيجة لذلك، يجب أن تكون المعالجات والتدخلات فردية للغاية استنادًا إلى المعلومات المجموعة من التقييم الشامل.

يتضمن برنامج المعالجة الفعال الوالدين كجزء من عملية المعالجة، ويبني على اهتمامات الطفل، ويعزز احترام الذات ويقدم جدولًا متوقعًا. كما يعلِّم مثل هذا البرنامج المهام كسلسلة من الخطوات البسيطة.




معالجة الأعراض الأساسية لاضطراب طيف التوحد

تستخدم معظم الأسر نوعًا واحدًا من التدخل المكثف الذي يلبي احتياجات أطفالهم وأسلوبهم التربوي. تتطلب التدخلات المكثفة الموصوفة هنا عدة ساعات أسبوعية من المعالجة وتتناول الأهداف السلوكية والنمائية و / أو التربوية. وُضعت هذه المعالجات خصيصًا لمعالجة اضطراب طيف التوحد. خلال فترة المعالجة، قد يكون من الضروري إعادة تقييم الطريقة الأفضل لطفلك.

قبل أن تختار التدخل، ستحتاج إلى التحقيق في ادعاءات الحماية لكل معالجة حتى تتمكن من فهم الأخطار والفوائد المحتملة لطفلك. في البداية، قد تبدو كل هذه التقنيات المسماة – تحليل السلوك التطبيقي (ABA)، والسلوك اللفظي (VB)، تدريب الاستجابة المحورية (PRT)، أو التدريب بالمحاولة المنفصلة (DTT)، أو نموذج دنفر للبداية المبكرة (ESDM)، من بين غيرها - مثل سيل من الحروف المبهمة بالنسبة لك. قد تكون مشوش الآن، لكنك ستتفاجئ من مدى السرعة التي تصبح فيها "طليقًا" في مصطلحات معالجة اضطراب طيف التوحد.



للحصول على معلومات حول خيارات المعالجة المختلفة،قم بزيارة الموقع الآتي:

.AutismSpeaks.org

للاطلاع على معالجات مختلفة في نسق مقاطع فيديو، يرجى زيارة مسرد المصطلحات في فيديوهات مؤسسة التوحد يتحدث على الموقع:

autismspeaks.org/what-autism/video-glossary.

عليك أيضًا زيارة المختص للحصول على مزيد من المعلومات، حتى تكون واثقًا من أنك تقوم باختيارات مدروسة عندما تبدأ بتضييق خياراتك.

تحليل السلوك التطبيقي

وصف سكينر تحليل السلوك في الثلاثينيات من القرن الماضي.فقد تم تطبيق مبادئ ونهج تحليل السلوك بشكل فعال في العديد من الظروف لتطوير المهارات لذوي الاحتياجات و غيرهم بشكل واسع. إنه نهج موثق علميًا لفهم السلوك وكيف يتأثر بالبيئة. في هذا السياق، يشير "السلوك" إلى الأفعال والمهارات. تتضمن "البيئة" أي تأثير - جسدي أو اجتماعي - قد يتغير أو يحدث بسلوك الفرد. فمبادئ تحليل السلوك ساعدت العديد من فئات المتعلمين من اكتساب مهارات مختلفة من نمط حياة صحية لاتقان لغة جديدة .يركز تحليل السلوك على المبادئ التي تشرح كيفية حدوث التعلم.ويعد التعزيز الايجابي احد هذه المبادئ . فعندما يلي السلوك نوع من التعزيز فان السلوك على الاغلب سيتكرر.

خلال سنين من البحوث العلمية, طور مجال تحليل السلوك العديد من التقنيات لزيادة السلوكيات المفيدة و تخفيض السلوكيات التي قد تسبب الاذى او تتدخل في التعليم.

تحليل السلوك التطبيقي (ABA) هو استخدام هذه التقنيات والمبادئ لإحداث تغيير هادف وإيجابي في السلوك. هناك قدر كبير من البحوث التي أثبتت أن تحليل السلوك التطبيقي فعال في تحسين نتائج الأطفال، وخاصة قدراتهم المعرفية واللغوية.

منذ الستينات استخدم معالجين تحليل السلوك التطبيقي لتعليم التواصل ،اللعب، مهارات اجتماعية و اكاديمية ،الاهتمام بالذات ،وتخفيض السلوكيات غير المرغوبة للمتعلمين من ذوي التوحد.




غالبًا ما يكون فهم تحليل السلوك التطبيقي صعبًا حتى تراه عمليًا. قد يكون من المفيد أن نبدأ بوصف ما تشترك فيه كل الطرق المختلفة للتحليل السلوكي التطبيقي.

تستخدم أساليب التحليل السلوكي التطبيقي العملية ذات الخطوات الثلاث التالية في التدريس:

السابق، وهي عبارة عن مثير لفظي أو جسدي مثل أمر أو طلب. قد يأتي هذا من البيئة أو من شخص آخر أو يكون داخليًا بالنسبة للشخص؛

السلوك الناتج، وهو استجابة الشخص (أو في هذه الحالة استجابة الطفل) أو عدم الاستجابة للسابق؛

العاقبة، التي تعتمد على السلوك، ويمكن أن تشمل التعزيز الإيجابي للسلوك المرغوب أو عدم وجود رد للاستجابات غير الصحيحة.

يستهدف التحليل السلوكي التطبيقي تعلم المهارات وتقليل السلوكيات الصعبة. معظم برامج التحليل السلوكي التطبيقي مهيكلة جدًا. تُقسم كل مهارة إلى خطوات صغيرة وتُدرس باستخدام التلقين التي يتم التخلص منها تدريجيًا عند إتقان الخطوات. يُعطى الطفل فرصًا متكررة للتعلم وممارسة كل خطوة في أماكن متنوعة. في كل مرة يحقق الطفل النتيجة المرجوة، يحصل على تعزيزٍ إيجابي، مثل المدح اللفظي أو أي شيء آخر يجده الطفل أنه محفزًا للغاية، مثل قطعة صغيرة من الحلوى.

التدريب بالمحاولة المنفصلة Discrete Trial Training (DTT)

احدا أنواع التحليل السلوك التطبيقي هو التدريب بالمحاولة المنفصلة Discrete Trial Training (DTT) أو ما هو معروف بنموذج لوفاس. يتضمن ال DTT تعليم مهارات فردية بطريقة منفصلة خلال العديد من المحاولات التعليمية المتكررة و المعززات التي ربما لا تكون متعلقة بالمهارات التي يتم تعليمها

يعد التدخل الفعال للتحليل السلوكي التطبيقي لمعالجة اضطراب طيف التوحد ليس نهجًا "" ويجب ألا ينظر إليه على أنه مجموعة من البرامج أو التدريبات "المعلبة". على العكس، يقوم المعالج الماهر بتخصيص التدخل لكل مهارة من مهارات المتعلم، واحتياجاته، واهتماماته وتفضيلاته ووضعه العائلي. لهذه الأسباب، قد يبدو برنامج التحليل السلوكي التطبيقي لمتعلم واحد مختلفًا بعض الشيء عن برنامج لمتعلم آخر. يتغير برنامج التحليل السلوكي التطبيقي أيضًا حسب احتياجات التغيير للمتعلم وأداء المتعلم. إذا لم يحرز الطفل تقدمًا مرضيًا، تُجرى التعديلات.

المحلل السلوكي المصدق (BCBA) المتخصص في اضطراب طيف التوحد يكتب وينفذ ويراقب البرنامج الفردى المخصص للطفل.(بشكل فردي). يعمل المعالجون الفرديون، الذين يطلق عليهم غالبًا "المُدَرِبون" مباشرة مع الطفل على أساس يومي. معظم برامج التحليل السلوكي التطبيقي من 25 إلى 40 ساعة في الأسبوع من المعالجة. كما تُشجع الأسر على استخدام مبادئ التحليل السلوكي التطبيقي في حياتها اليومية.

للحصول على مزيد من المعلومات حول التحليل السلوكي التطبيقي، انتقل إلى موقع جمعية تحليل السلوك الدولي على العنوان ABAinternational.org أو موقع محلل السلوك الحاصل على اعتماد مجلس: BACB.com.

علاج السلوك اللفظي

علاج السلوك اللفظي يعلم التواصل باستخدام مبادئ التحليل السلوكي التطبيقي ونظريات اختصاصي السلوك ب.ف سكينر. حسب التصميم، يحفز العلاج السلوكي اللفظية للطفل أو المراهق على تعلم اللغة بربط الكلمات باستخداماتها. يتعلم الطالب أن الكلمات يمكن أن تساعد في الحصول على الأشياء المطلوبة أو غيرها من النتائج.

تتجنب المعالجة السلوكية اللفظية التركيز على الكلمات كمجرد مسميات (قط، سيارة، إلخ). وبدلا من ذلك، يتعلم الطالب كيفية استخدام اللغة لتقديم الطلبات وتوصيل الأفكار. صنف سكينر اللغة الى انواع سلوكية ، كل منها لها وظيفة . وهم:

طلب (Mand):

طلب، مثل "بسكويت"، لطلب البسكويت

تسمية (tact):

تعليق يستخدم لمشاركة تجربة أو لفت الانتباه، مثل "طائرة" للإشارة إلى طائرة

سلوك لفظي محكم بسلوك لفظي اخر (Intraverbal):




كلمة تستخدم للإجابة على سؤال أو غير ذلك من الاستجابات الأخرى، مثل "أين تذهب إلى المدرسة؟" "كاسيل بارك الابتدائية"

الاستجابة بالمحاكاة (Echoic):

كلمة متكررة، أو صدوية، مثل " بسكويت ، بسكويت!" (مهمة حيث يحتاج الطالب إلى المحاكاة لكي يتعلم)

تبدأ المعالجة السلوكية اللفظية بتعليم الطلب (Mands) كنوع أساسي جدًا من اللغة. على سبيل المثال، يتعلم الشخص من ذوي اضطراب طيف التوحد أن قول "بسكويت" يمكن أن ينتج بسكويت. ومباشرة بعد قيام الطالب بقول مثل هذا الطلب، يقوم المُعالِج بتعزيز الدرس بتكرار الكلمة وعرض العنصر المطلوب. ثم يستخدم المُعالِج الكلمة مرة أخرى في نفس السياق أو في سياق مماثل.

الأهم من ذلك، الأطفال ليسوا مضطرين إلى قول الكلمة الفعلية للحصول على العنصر المطلوب. في البداية، يحتاج هو أو هي ببساطة إلى الإشارة إلى الطلبات بأي وسيلة. تمثل الإشارة إلى العنصر بداية جيدة.

يساعد ذلك الطالب على فهم أن التواصل يؤدي إلى نتائج إيجابية. يبني المُعالِج على هذا الفهم لمساعدة الطالب على تشكيل التواصل تجاه قول أو استخدام الاشارة الكلمة الفعلية.

يستخدم السلوك الكلامي والتحليل السلوكي التطبيقي التقليدي أنساق سلوكية مشابهة للعمل مع الأطفال. يهدف السلوك الكلامي تحفيز الطفل على تعلم اللغة من خلال عمل ربط بين الكلمة وقيمتها. يمكن استخدام السلوك الكلامي كتوسع لقسم التواصلات في برنامج التحليل السلوكي التطبيقي.

يقدم اِخْتِصاصِيّو عِلْمِ النَّفْس المدربون على معالجة السلوك اللفظي ومعلمو التربية الخاصة ومعالجو النطق و اللغة وغيرهم من مقدمي الخدمة المعالجة السلوكية الكلامية. تتضمن برامج السلوك اللفظي عادة 30 ساعة أو أكثر في الأسبوع من المعالجة المقررة. تتشجع الأسر على استخدام مبادئ السلوك الكلامي في حياتهم اليومية.

التدريب بالاستجابة المحورية

تعتبر **التدريب بالاستجابة المحورية (PRT)** بمثابة تدخل سلوكي أعده الدكتور روبرت ل كوجيل والدكتور لين كيرن كوجل والدكتورة لورا شريبمان في جامعة كاليفورنيا في سانتا باربرا.

المعالجة بالاستجابة المحورية هي واحدة من أفضل المعالجات السلوكية المدروسة والموثوقة لمعالجة اضطراب طيف التوحد. مستمدة من التحليل السلوكي التطبيقي، وهي مبنية على أساس اللعب ومبادرة الطفل. وتشمل أهدافها تطوير التواصل واللغة والسلوك الاجتماعي الإيجابي والتعافى من السلوكيات التنبيهية الذاتية المدمرة.

بدلًا من استهداف السلوكيات الفردية، يستهدف معالج التدريب بالاستجابة المحورية المجالات "المحورية" لنمو الطفل. ويشمل ذلك الحوافز، والاستجابة لإشارات المتعددة، والإدارة الذاتية وبدء التفاعلات الاجتماعية. وفلسفتها هي أنه من خلال استهداف هذه المجالات الحرجة، ستعمل التدريب بالاستجابة المحورية على تحقيق تحسينات واسعة عبر مجالات أخرى من الاندماج الاجتماعي والتواصل والسلوك وبناء المهارات الأكاديمية.

تعتبر استراتيجيات التحفيز جزءًا هامًا من نهج التدريب على الاستجابة المحورية. ويؤكد ذلك على التعزيز "الطبيعي". على سبيل المثال، إذا قام الطفل بمحاولة ذات مغزى لطلب، على سبيل المثال، حيوان محشو، فإن المكافأة هي الحيوان المحشو - وليس حلوى أو مكافأة أخرى غير ذات صلة.

صُمم كل برنامج لتلبية أهداف واحتياجات المتعلم الفردي وروتينياته المدرسية والمنزلية. تتضمن الجلسة عادة ستة أجزاء تُستهدف خلالها اللغة واللعب والمهارات الاجتماعية بالتفاعلات المهيكلة وغير المهيكلة. مع تقدم الطفل، يتغير تركيز كل جلسة لاستيعاب الأهداف والاحتياجات الأكثر تقدمًا.

تشمل برامج التدريب بالاستجابة المحورية عادةً 25 ساعة أو أكثر في الأسبوع. يتشجع كل من يشارك في حياة الطفل على استخدام أساليب التدريب بالاستجابة المحورية بشكل دائم في كل جزء من حياته. تم وصف المعالجة بالاستجابة المحورية على أنه نمط حياة تتبناه الأسرة .




لمزيد من المعلومات حول المعالجة بالاستجابة المحورية، تفضل بزيارة موقع مركز كوجيل (UCSB Koegel) للتوحد على الشبكة

Education.UCSB.edu/autism

أو موقع برنامج البحث عن اضطراب طيف التوحد (UCSD) على الشبكة

.autismlab.ucsd.edu

نموّذج دنفر للبداية المبكرة Early Start Denver Model (ESDM)

نموذج دنفر للبداية المبكرة هو نهج شامل للتدخل السلوكي المبكر للأطفال من ذوي التوحد من سن ال 12 الى 48 شهر. يشمل البرنامج منهج تطوري يعرف بالمهارات القابلة للتعليم في أي وقت و اجراءات تعليمية لتوصيل المحتوى. وهي غير مرتبطة بمحيط معين و يمكن توصيل المحتوى عن طريق فريق العلاج و/أو الوالدين ضمن برنامج جماعي أو جلسات علاج فردية في العيادات أو منزل الطفل.

يدمج ال ESDM ما بين نموذج تطوري يركز على العلاقات و ممارسات ال ABA الموثقة. مميزاتها الأساسية هي:

استراتيجيات تحليل السلوك التطبيقي الطبيعية

حساسية للتسلسل التطوري الطبيعي

مشاركة الوالدين

التركيز على التبادل في العلاقات الشخصية والتأثير الإيجابي

الاندماج المشترك في النشاطات المشتركة

تعليم التواصل واللغة عن طريق علاقة ايجابية معتمدة على التأثير

ال ESDM نموذج دنفر للبداية المبكرة النموذج الشامل الوحيد الذي تم اعتماده عبر التجارب المراقبة العشوائية للاستخدام مع أطفال ذوي التوحد من سن ال 18 شهر.

معالج ال ESDM يمكن أن يكون أخصائي نفسي، اخصائي السلوك ،معالج وظيفي أو اخصائي نطق و تخاطب ولكن من المهم أن يكون المعالج حاصل على تدريب و ترخيص ال ESDM.

التدخل النمائي العلائقي (RDI)

مثل المعالجات الأخرى الموضحة في ملف الأدوات هذا، فإن **التدخل النمائي العلائقي (RDI)** هو نظام لتعديل السلوك من خلال التعزيز الإيجابي. وضع الدكتور ستيفن غوتشتاين التدخل النمائي العلائقي كمعالجة سلوكية قائمة على الأسرة باستخدام الذكاء الديناميكي ومخاطبة الأعراض الأساسية للتوحد. يهدف التدخل النمائي العلائقي إلى مساعدة الأفراد ذوي اضطراب طيف التوحد على تكوين علاقات شخصية عن طريق تدعيم اللبنات الأساسية للعلاقات الاجتماعية تدريجيًا. و هذا يشمل القدرة على تكوين رابطة عاطفية وتبادل الخبرات.

الأهداف الستة للتدخل النمائي العلائقي هي:

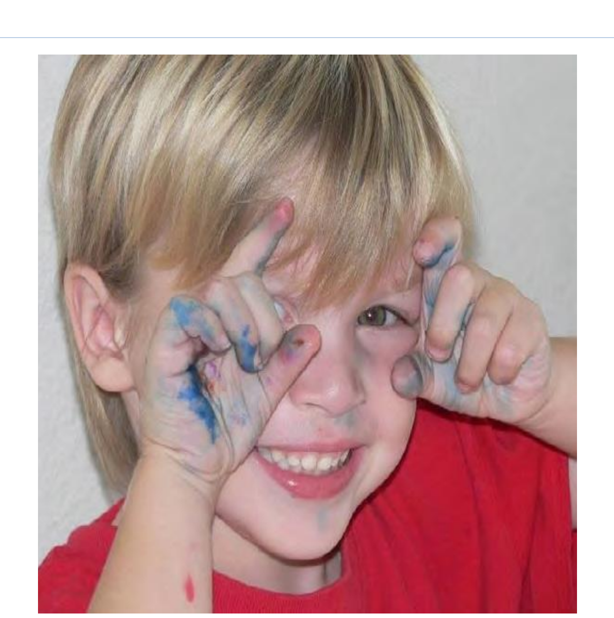
المرجعية العاطفية: القدرة على استخدام نظام الرد العاطفي للتعلم من التجارب الشخصية للآخرين

التنسيق الاجتماعي: القدرة على مراقبة سلوك الفرد وتنظيمه باستمرار من أجل المشاركة في العلاقات التلقائية التي تشمل التعاون وتبادل المشاعر

اللغة التقريرية: القدرة على استخدام اللغة والتواصل غير الكلامي للتعبير عن الفضول، ودعوة الآخرين للتفاعل، ومشاركة المفاهيم والمشاعر وتنسيق أفعالك مع الآخرين

التفكير المرن: القدرة على التكيف السريع، وتغيير الاستراتيجيات، وتغيير الخطط بناءً على الظروف المتغيرة





معالجة المعلومات العلائقية: القدرة على الحصول على المعنى على أساس السياق الأوسع؛ وحل المسائل التي ليس لها حلول "صحيحة أو خاطئة"

البصيرة والإدراك المتأخر: القدرة على التأمل في التجارب السابقة وتوقع السيناريوهات المستقبلية المحتملة بطريقة مثمرة

يشمل البرنامج نهجًا منهجيًا للعمل على بناء مهارات التحفيز والتعليم مع التركيز على المستوى النمائي الحالي لأداء الطفل. يبدأ الأطفال العمل في بيئة فردية مع أحد الوالدين. تدريجيًا، يُضاف أطفال إضافيين، وكذلك عدد الاماكن التي يمارس فيها الأطفال، من أجل مساعدة الطفل على تكوين علاقات والحفاظ عليها في سياقات مختلفة.

التدخل النمائي العلائقي فريد إلى حد ما لأنه يهدف أن ينفذه الوالدان. يمكن تدريب الوالدين والمدرسين وغيرهم من المهنيين على تقديم التدخل النمائي العلائقي من خلال الندوات التدريبية والكتب وغيرها من المواد ويمكنهم التعاون مع استشاري معتمد في مجال التدخل النمائي العلائقي. بعض المدارس المتخصصة تقدم التدخل النمائي العلائقي في بيئة مدرسية خاصة.

ابحث عن مزيد من المعلومات حول التدخل النمائي العلائقي على موقع مركز الاتصالات على الموقع RDIconnect.com.

برنامج TEACCH

برنامج TEACCH® للتوحد هو برنامج سريري وتدريب وبحوث ومقره في جامعة نورث كارولينا وشابل هيل. وضع برنامج TEACCH، الدكتوران إريك شوبلر وروبرت رايشلر في الستينيات، تأسس البرنامج في شمال ولاية كارولينا واعتمدته الهيئة التشريعية في عام 1972، وأصبح نموذجا للبرامج الأخرى حول العالم. واعتمدته الهيئة التشريعية في ولاية نورث كارولينا كبرنامج على مستوى الولاية في عام 1972 وأصبح نموذجًا للبرامج الأخرى حول العالم.

طور برنامج TEACCH نهج التدخل الذي يسمى "TEACCH المهيكل"، وهو عبارة عن مصفوفة من المبادئ والاستراتيجيات التعليمية أو المعالجات القائمة على خصائص التعلم للأفراد ذوي اضطراب طيف التوحد، بما في ذلك نقاط القوة في معالجة المعلومات البصرية والصعوبات مع التواصل الاجتماعي والانتباه والأداء التنفيذي.

استجابة لهذا الملف لنقاط القوة والتحديات، يشتمل برنامج TEACCH **المنظم على:**

الدعم التنظيمي الخارجي لمواجهة التحديات مع الانتباه والاداء التنفيذي

المعلومات المرئية و / أو المكتوبة لتكملة التواصل اللفظي الاجتماعي دعم منظم للتواصل الاجتماعي

لا يعد برنامج TEACCH المهيكل منهجًا دراسيًا، ولكنه فضلًا عن ذلك إطار عمل لدعم تحقيق الأهداف التعليمية والعلاجية. و يشمل هذا الإطار:

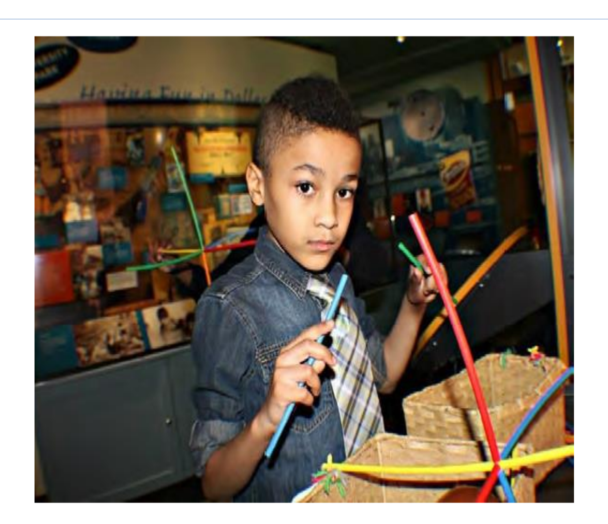
التنظيم البدني

جداول فردية

نظم العمل (الانشطة)

البرنامج المرئي للمواد في المهام والأنشطة





الهدف من برنامج TEACCH المهيكل هو تعزيز المشاركة الهادفة في الأنشطة والمرونة والاستقلالية والكفاءة الذاتية. تُدمج استراتيجيات برنامج TEACCH المهيكلة في الممارسات الأخرى القائمة على الأدلة. يُنفذ برامج TEACCH عادةً في إطار الفصل الدراسي. كما تتوفر برامج منزلية قائمة على TEACCH وتستخدم أحيانًا اقترانًا مع برنامج الصفوف الدراسية القائم على TEACCH.

للحصول على مزيد من المعلومات حول برنامج TEACCH، تصفح موقع TEACCH للتوحد على الشبكة على موقع TEACCH.com.

التواصل الاجتماعي/ التنظيم العاطفي / دعم المعاملات (SCERTS)

يعد نموذج **التواصل الاجتماعي / التنظيم العاطفي / دعم المعاملات (SCERTS)** هو نموذج تعليمي وضعه باري بريزانت، دكتوراه الفلسفة، وأمي ويذرباي، دكتوراه الفلسفة، وإميلي روبن وأمي لوران. يستخدم نموذج التواصل الاجتماعي / التنظيم العاطفي / دعم المعاملات (SCERTS) ممارسات من مناهج أخرى شاملةً التحليل السلوكي التطبيقي (في شكل المعالجة بالاستجابة المحورية)، وبرنامج TEACCH ووقت اللعب على الارض (Floortime) والتدخل النمائي العلائقي. يختلف نموذج التواصل الاجتماعي / التنظيم العاطفي / دعم المعاملات (SCERTS) بشكل خاص من التركيز على التحليل السلوكي التطبيقي "التقليدي" من خلال تشجيع التواصل المستهل من الطفل في الأنشطة اليومية. يهتم نموذج التواصل الاجتماعي / التنظيم العاطفي / دعم المعاملات (SCERTS) أكثر من غيره بمساعدة الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد لتحقيق "تقدم حقيقي"، والذي يعرف بأنه القدرة على التعلم والتطبيق التلقائي للمهارات الوظيفية وذات الصلة في مجموعة متنوعة من الأماكن ومع مجموعة متنوعة من الشركاء.

يشير المختصر "SCERTS" إلى التركيز على:

تعني "SC" التواصل الاجتماعي: تنمية التواصل التلقائي، والتواصل الوظيفي، والتعبير العاطفي والعلاقات الآمنة والموثوقة مع الأطفال والبالغين

تعني "ER" التنظيم العاطفي: تنمية القدرة على الحفاظ على حالة عاطفية منظمة بشكل جيد للتعامل مع الإجهاد اليومي وأن تكون متاحة بشكل أكبر للتعلم والتفاعل

تعني "TS" دعم المعاملات: تنمية وتنفيذ الدعم لمساعدة الافراد على الاستجابة لاحتياجات الطفل واهتماماته، وتعديل البيئة وتكييفها وتوفير أدوات لتعزيز التعلم (على سبيل المثال، التواصل بالصور، والجداول المكتوبة، والدعم الحسي)

يفضل نموذج التواصل الاجتماعي / التنظيم العاطفي / دعم المعاملات (SCERTS) أن يتعلم الأطفال مع ومن الأطفال الآخرين الذين يقدمون نماذج اجتماعية ولغوية جيدة في الأماكن الشاملة، قدر الإمكان. يُنفذ نموذج التواصل الاجتماعي / التنظيم العاطفي / دعم المعاملات (SCERTS) باستخدام دعم المعاملات التي وضعها فريق، مثل الأماكن البيئية ودعم التعلم مثل الجداول أو أدوات التنظيم البصري.

لمزيد من المعلومات حول نموذج التواصل الاجتماعي / التنظيم العاطفي / دعم المعاملات (SCERTS)، قم بزيارة الموقع:

SCERTS.com

المعالجة السلوكية المعرفية

يستخدم **العلاج السلوكي المعرفي((CBT)** في المقام الأول لمساعدة الأفراد ذوي اضطراب طيف التوحد على تنظيم عواطفهم، وتنمية السيطرة على الاندفاع وتحسين



سلوكهم نتيجة لذلك. يسعى العلاج السلوكي المعرفي لمساعدة الأفراد على فهم أفكارهم ومشاعرهم والوعي بها حتى يتمكنوا من تعلم كيفية الاستجابة لهم بطريقة أكثر فعالية.

تبين أن العلاج السلوكي المعرفي مفيد في تقليل مشاعر القلق والاكتئاب والسلوك الذي يظهر في بعض الأحيان لدى الأفراد ذوي اضطراب طيف التوحد من خلال إجراء تغييرات في أفكار وتصورات الحالات من خلال تغيير في الإدراك. يعمل المكون الرئيسي للعلاج السلوكي المعرفي، على العمل على هذا التغيير في الإدراك أو كيفية معالجة التفكير. يسعى المعالجون إلى تقليل السلوكيات الصعبة، مثل الافكار أو الهواجس أو الانهيارات أو نوبات الغضب، بينما يقومون أيضًا بتعليم الأفراد كيفية التعرف على بعض المشاعر التي قد تنشأ والسيطرة عليها.

قد يكون العلاج السلوكي المعرفي مخصص فرديًا لكل مريض، ونتيجة لذلك، تكون فعالةً جدًا في تحسين السلوكيات والتحديات المحددة جدًا لكل طفل أو شاب. يسمح استقرار العواطف وتحسين السلوك لذوي اضطراب طيف التوحد بالاستعداد والاستجابة بشكل أكثر ملاءمة في حالات معينة.

الخدمات ذات الصلة

يغطي القسم التالي مجموعة من علاجات تسمى "الخدمات ذات الصلة". وتعد هذه الخدمات علاجات تعالج الأعراض المصاحبة عادة بالتوحد ولكن ليست محددة لهذا الاضطراب.

علاج النطق واللغة (SLT)

تشمل معظم برامج المعالجة المكثفة السلوكية للتوحد **علاج النطق واللغة**. بمجموعة متنوعة من التقنيات، تقدم معالجة الكَلاَم واللغة مجموعة من التحديات التي غالبًا ما يواجهها ذوي اضطراب طيف التوحد. على سبيل المثال، بعض الأفراد من ذوي اضطراب طيف التوحد لا يتحدثون، في حين أن آخرين يحبون التحدث ولكنهم يجدون صعوبة في استخدام الكلام التخاطبي و / أو فهم الفروق الدقيقة في اللغة والإشارات غير الكلامية عند التحدث مع الآخرين.

تهدف معالجة الكَلاَم واللغة إلى تنسيق آليات النطق مع المعنى والاستخدام الاجتماعي للغة. يبدأ مثل هذا البرنامج بتقييم فردي يجريه إِخْتِصَاصِيٌّ بِبَاثولوجيا الكَلاَم واللغة لتقييم الاستعدادات والتحديات الكلامية للفرد. من هذا التقييم، يقوم إِخْتِصاصِيُّ بِبَاثولوجيا الكَلاَم واللغة بتحديد الأهداف التي قد تتضمن إتقان اللغة المحكية و / أو تعلم مهارات التواصل غير الكلامي مثل العلامات أو **الإيماءات**. في كل حالة، يكون الهدف هو مساعدة الشخص على التواصل بطرق أكثر فائدة من الناحية الوظيفية.

يمكن لإِخْتِصاصِيُّ النطق و اللغة تقديم العلاج بشكل فردي، أو في مجموعة صغيرة . يستطيع إِخْتِصاصِيُّو النطق واللغة الذين يعملون مع الأطفال تدريب متخصص إضافي يستخدم أحد النُهج في معالجة النطق واللغة لإعادة هيكلة الأهداف الصوتية العضلية الفمية (PROMPT). حيث يستخدمون أسلوب عضوي حسي للمعالجة يستخدم فيه المُعالِج اللمس والضغط على الفك واللسان والشفتين لمساعدة ذوي اضطراب طيف التوحد على تطوير التحكم في الحركات العضلية الفموية المناسبة للتحدث.

لمعرفة المزيد حول (PROMPT)، قم بزيارة الموقع .promptinstitute.com

العلاج الوظيفي (OT)

يقوم العلاج الوظيفي **(OT)** بعلاج مزيج من المهارات المعرفية والبدنية والحركية. تشمل أهدافها مساعدة الطفل أو البالغ على الحصول على الاستقلالية المناسبة والمشاركة بشكل كامل في الحياة. بالنسبة لذوي اضطراب طيف التوحد، غالبًا ما يركز العلاج الوظيفي على المهارات المناسبة للعب أو الترفيه، ومهارات التعلم والرعاية الذاتية.

يبدأ العلاج مع معالج وظيفي معتمد لتقييم المستوى النمائي للشخص بالإضافة إلى أساليب التعلم ، والقدرات الاجتماعية والاحتياجات البيئية. بناءً على هذا التقييم، يحدد المُعالِج الأهداف ويختار الاستراتيجيات والتكتيكات لتعزيز المهارات الأساسية. على سبيل المثال، قد تتضمن الأهداف ارتداء الملابس باستقلالية، والتغذية، والتزين، واستخدام المرحاض، الى جانب تحسن المهارات الاجتماعيه والحركيه الدقيقه والبصريه -الادراكيه

عادةً ما يشمل العلاج المهني على جلسات لمدة نصف ساعة إلى ساعة واحدة مع تكرار يحدد حسب احتياجات الفرد. بالإضافة إلى ذلك، يمارس الشخص المصاب باضطراب طيف التوحد استراتيجيات ومهارات - مع




التوجيه - في المنزل وفي أماكن أخرى بما في ذلك المدرسة.

علاج التكامل الحسي (SI)

يعاني العديد من الأطفال والبالغين ذوي اضطراب طيف التوحد من تحديات في معالجة المعلومات الحسية مثل الحركة واللمس والرائحة والبصر والصوت. يعرّف **معالجة التكامل الحسي (SI)** مثل هذه الاضطرابات وتستخدم مجموعة متنوعة من التقنيات التي تحسن كيفية تفسير الدماغ لهذه المعلومات ودمجها. غالبًا ما تشمل المعالجة المهنية الدمج الحسي. في أوقات أخرى تُقدم كمعالجة قائمة بذاتها.

يقدم المعالجون الوظيفيون والفيزيائيون المعتمدون العلاج بالتكامل الحسي. يبدأ المُعالِج بتقييم فردي لتحديد حساسيات الشخص. من هذه المعلومات، يخطط المُعالِج برنامج فردي يتطابق مع التّنبيه الحسي بحركة طبيعية لتحسين كيفية معالجة الدماغ وتنظيم المعلومات الواردة. على هذا النحو، غالبًا ما تتضمن المعالجة معدات مثل الأراجيح والترامبولين.

يمكن أن يسمح العلاج التكامل الحسي للأطفال أو البالغين الذين يعانون من صعوبات في التكامل الحسي أن يصبحوا أكثر "استعدادًا" للتعلم والتفاعلات الاجتماعية. غالبًا ما يجد أفراد الأسرة والمعلمون أن تقنياتها يمكن أن تساعد في تهدئة الأطفال أو البالغين المصابين، وتعزيز السلوك الإيجابي والمساعدة في التحولات بين الأنشطة.

العلاج الطبيعي (PT)

يواجه العديد من الأطفال والبالغين ذوي اضطراب طيف التوحد تحديات في المهارات الحركية مثل الجلوس والمشي والجري والقفز. يركز **العلاج الطبيعي (PT)** على الصعوبات الحركية التي تسبب قيودًا في الحياة الحقيقية. على وجه الخصوص، يمكن أن يحسن العلاج الطبيعي ضعف قوة العَضَلَات والتوازن والتنسيق.

يقدم المعالجون الطبيعيون المعتمدون العلاج الطبيعي بدايةً بتقييم القدرات البدنية للشخص والمستوى النمائي. ثم يصممون برامج للأنشطة التي تستهدف مجالات التحدي.

عادة ما تستمر جلسات العلاج من نصف ساعة إلى ساعة وتشمل الحركة بالأدوات المساعدة ومختلف أشكال التمارين واستخدام معدات تَقْوِيْمِ العِظَام. وتحدد احتياجات الأطفال أو البالغين الذين يحصلون على الخدمات وتيرة هذه الجلسات.

المهارات الاجتماعية

الصعوبة في المهارات الاجتماعية هي السمة المميزة لاضطراب طيف التوحد، وخاصة للأطفال في سن المدرسة. في السنوات الأخيرة، أصبح التدريب على المهارات الاجتماعية، سواء على المستوى الفردي أو في إطار مجموعة الأقران، علاجا شائعا جدًا لهذا التحدي تحديدًا. رغم أن الرغبة الاجتماعية قد لا تبدو على هذا النحو لدى الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد، إلا أن العديد من ذوي اضطراب طيف التوحد لديهم نفس الرغبة التي لدى الأطفال الآخرين في أن يكونوا اجتماعيين وأن يكونوا اصدقاء. فهم بحاجة فقط لتعليمهم المهارات اللازمة لتكوين هذه الروابط مع الآخرين.

تتراوح المهارات الاجتماعية التي يتعلمونها خلال جلسات التدريب من المهارات البسيطة مثل التواصل بالعين إلى مهارات أكثر صعوبة مثل دعوة أحد الاقران لموعد لعب. وقد أظهرت الدراسات أن هذا النوع من برنامج التدخل يمكن أن يحسن بشكل كبير من الكفاءة الاجتماعية وتنمية المهارات الاجتماعية. رغم أن التدريب على المهارات الاجتماعية ليس شكلًا رسميًا أو معتمدًا من المعالجة، إلا أن المحترفين مثل الاخصائيين الاجتماعيين ،اخصائيي علاج النطق والمعالجين النفسيين غالبًا ما يركزون بشكل كبير على تحسين المهارات الاجتماعية عند التعامل مع الأطفال والبالغين ذوي اضطراب طيف التوحد. بالإضافة إلى ذلك، يمكن تعليم الوالدين وأفراد الأسرة وغيرهم من مقدمي الرعاية وسائل فعالة لتحسين المهارات الاجتماعية لأحبائهم ذوي اضطراب طيف التوحد داخل المنزل وخارجه على أساس منتظم. من المهم جعل المواقف الاجتماعية التي يتعلمونها في جلسات التدريب واقعية بقدر الإمكان حتى يمكن تطبيق المهارات الجديدة بسهولة في الأماكن خارج الفصل الدراسي.

يعد تطبيق التدريب على المهارات الاجتماعية والمجموعات في المدرسة طريقة رائعة لمساعدة طفلك على توسيع هذه المهارات التي يمكن أن تؤدي إلى النمو



والتحسن في مجالات أخرى من حياته /او حياتها. تحدث إلى معلم طفلك أو مستشار التوجيه حول أفضل الطرق لاستخدام هذه الفرص لمساعدة طفلك على النمو والتعلم ليتفاعل بشكل أفضل مع الآخرين. أحد العوامل المهمة التي يجب أخذها بعين الاعتبار لمجموعات المهارات الاجتماعية الفعالة هو مشاركة أقران طفلك المطابقين عصبيًا له في إطار هذه المجموعات. فقد وُجد أن وجود نماذج الأقران يزيد معدل بدء التفاعل الاجتماعي مع الآخرين خارج المجموعة. ويجب تشجيع هؤلاء الأقران على استخدام المهارات، مما يدفع الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد إلى استخدام المهارات، ثم الثناء عليهم نتيجةً للاستخدام الصحيح للمهارات. يعد برنامج مساعدة نماذج الأقران لتعليم المهارات الاجتماعية للأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد، الذي أنشأه المركز الطبي في جامعة نبراسكا بمنحة من مؤسسة **التوحد يتحدث**، منهج عظيم الشأن يمكن الاطلاع عليه على موقع مؤسسة **التوحد يتحدث** في قاعدة بيانات المنح.

نظام غذائي خال من الغلوتين والخالي من الكازين (GFCF)

لقد قيل الكثير عن النظام الغذائي الخالي من **الغلوتين،** والخالي من **الكازين** (GFCF) واستخدامه لمساعدة ذوي اضطراب طيف التوحد. تتساءل العديد من الأسر التي لديها أطفال مشخصين حديثًا باضطراب طيف التوحد إذا كان هذا أمرًا يجب أن يتبعه طفلهم. وُضع النظام الغذائي الخالي من الغلوتين، والخالي من الكازين (GFCF) لأول مرة للأشخاص الذين يعانون من الاضطرابات الهضمية ، وهو اضطراب يشمل تفاعل شديد للغلوتين في النظام الغذائي. يوجد الغلوتين في منتجات القمح مثل الخبز ومنتجات المخبوزات الأخرى ولكن أيضًا في مجموعة متنوعة من المنتجات الغذائية الأخرى. الكازين هو البروتين الأكثر ارتباطًا بمنتجات الألبان ولديه القدرة على إحداث تفاعلات شديدة لدى بعض الأفراد. عندما تستخدم بشكل مناسب، فإن النظام الغذائي الخالي من الغلوتين، والخالي من الكازين (GFCF) آمن ويمكن أن يساعد في تجنب هذه المشاكل الصحية الشديدة.

النظرية وراء استخدامها في اضطراب طيف التوحد هو أنه إذا كان الشخص لديه رد فعل في الجهاز المَعِدِيِّ المِعَوِيِّ (GI) تجاه هذه المنتجات، فإن الالتهاب الناتج قد يؤدي إلى تلف بطانة الأمعاء، ونتيجة لذلك يؤدي إلى امتصاص الجزيئات التي لا تمتصها عادة الأمعاء السليمة. تشير بعض الأدلة إلى أن هذه الجزيئات أو الالتهابات التي تسببها يمكن أن تتفاعل مع الدماغ بطرق تسبب مشاكل مثل القلق، تغير في المزاج ، والصعوبات الذهنية، وربما تفاقم الأعراض السلوكية لاضطراب طيف التوحد. ومع ذلك، رغم أُستخدام النظام الغذائي الخالي من الغلوتين، والخالي من الكازين (GFCF) في مجتمع اضطراب طيف التوحد على مدى عقدين من الزمان، إلا أنه لا توجد إلا أدلة قليلة على أنه يحسن السلوكيات ذات الصلة باضطراب طيف التوحد.



يجب على الأسر التي تختار تجربة تقييد الغذاء أن تتأكد أن أطفالهم يحصلون على التغذية الكافية وذلك من خلال استشارة طبيب الأطفال أو اخصائي التغذية. منتجات الألبان هي المصدر الأكثر شيوعًا للكالسيوم وفيتامين د للأطفال الصغار في الولايات المتحدة. يعتمد العديد من



الأطفال الصغار على منتجات الألبان من أجل تناول البروتينات بشكل متوازن ومنتظم. تتطلب المصادر البديلة لهذه العناصر الغذائية استبدال منتجات الأغذية والمشروبات الأخرى، مع الاهتمام بالمحتوى الغذائي. يتطلب استبدال المنتجات الخالية من الغلوتين الانتباه إلى المحتوى الكلي من الألياف ومحتوى الفيتامينات في النظام الغذائي للطفل. قد يكون للمكملات من الفيتامينات على فوائد وآثار جانبية. ينصح بالتشاور مع اخصائيي التغذية أو الطبيب للتطبيق الصحي لنظام غذائي خالي من الغلوتين، وخالي من الكازين (GFCF). قد يكون هذا صحيحا بشكل خاص بالنسبة للأطفال الأكولين الذين من الصعب إرضاءهم.

ماذا عن التدخلات الطبية الأخرى؟

الآن أنت مستعد لبذل كل جهد ممكن لمساعدة طفلك. يتوق الكثير من الوالدين في وضعك إلى تجربة علاجات جديدة، حتى تلك العلاجات التي لم تثبت فعاليتها علميًا حتى الآن. فآمالك في علاج طفلك قد تجعلك أكثر عرضة لإغراء العلاجات غير المختبرة.

من المهم أن نتذكر أنه مثلما يختلف كل طفل من ذوي اضطراب طيف التوحد، كذلك تختلف استجابة كل طفل للعلاجات .

قد يكون من المفيد جمع معلومات حول العلاج التي تهتم به بالمحاولة مع طبيب أطفالك والتحدث معه، وكذلك أعضاء فريق التدخل الخاص بك، من أجل مناقشة احتمالات الخطر / الفوائد المحتملة وتسجيل نتائج قابلة للقياس وبيانات خط الأساس. يمكن لآباء وأمهات الأطفال الأكبر سنًا من ذوي اضطراب طيف التوحد أن يزودوك بتاريخٍ من العلاجات والتدخلات الطبية الحيوية التي وعدت لتكون علاجا فعالا للتوحّد على مر السنين. ربما كان بعضها مفيدًا لعدد صغير من الأطفال. وعند إجراء مزيد من الدراسات، لم يتبين أن أيًا منها، حتى الآن، هو العلاج الفعال. نحن نعلم أن العديد من الأطفال يتحسنون مع العلاج السلوكي المكثف. توجد مجموعة كبيرة من الأدلة العلمية لدعم هذه النظرية. من المنطقي التركيز على إشراك طفلك في برنامج سلوكي مكثف قبل النظر في التدخلات الأخرى.

.

استراتيجيات لدعم طفلك امن ذوي التوحد

أوجه دعم السلوك الإيجابي

أظهر البحث أن استخدام **أوجه دعم السلوك الإيجابي** هو وسيلة فعالة لإدارة السلوك الصعب. يشمل أوجه دعم السلوك الإيجابي تحديد وظيفة مشكلة ما أو سلوك تحدي، ثم تعليم المهارات الفردية الجديدة للمساعدة في تصحيح السلوك والاستجابة بشكل ايجابي بدلًا منه. لذلك، فهو يشمل إنشاء خطة منظمة تتعامل مع السلوك بشكل إيجابي.

من المهم أن نفهم أن معظم السلوكيات البشرية تخدم غرضًا ونتيجة لذلك، فإن العديد من السلوكيات الصعبة لطفلك لها أسباب كامنة. اجتهد مع طفلك ومُعالِجَه (مُعالِجينه) لمحاولة التعرف على هذه الأسباب حتى تتمكن من وضع خطة لتعليمه المهارات والسلوكيات الإيجابية التي يمكن استخدامها للاستجابة للمشكلة. انظر إلى كل موقف من وجهة نظر طفلك - ما الذي قد يحدث له يجعله يستجيب بهذه الطريقة؟ يجب وضع أنظمة معينة لأوجه دعم السلوك الإيجابي للاستجابة لكل موقف للمشكلة أو لكل سلوك صعب. شارك خطط دعم السلوك الإيجابي مع مدرسة طفلك، بعد انتهاء البرنامج المدرسي، إلخ، حتى يمكن استخدام نفس المنهج في جميع المواقف والأماكن.

الجداول المرئية

كما ذكر سابقًا، يتمثل أحد التحديات التي يواجهها الأفراد ذوي اضطراب طيف التوحد في حاجتهم إلى الالتزام الروتيني الصارم بالجداول. تعد **الجداول المرئية** أداة رائعة للمساعدة في إنشاء بيئة أكثر تنظيما لطفلك ، والتي يمكن أن تساعد في الاستعدادية و تقليل القلق والسلوكيات الصعبة. يمكن لتلك الجداول المساعدة مع فهم طفلك للوقت والتحولات بين الأنشطة والبيئات، بالإضافة إلى زيادة الاستقلال. وبالمثل، يمكن أن تساعد قوائم المراجعة في إدارة وقت طفلك وإعداده قبل المواقف التي قد تسبب صعوبات. يمكنه استخدام قائمة المراجعة لفهم ما يحدث وما هو قادم. على سبيل المثال، إذا كانت عائلتك تسافر إلى مكان ما، فإن جدولًا مرئيًا يظهر كل خطوة من خطوات السفر الجوي - رحلة إلى المطار، أو تسجيل الوصول، أو الأمن، أو الانتظار عند البوابة، إلخ. - أو



يمكن أن تساعد قائمة مراجعة بتلك الخطوات على تحضير طفلك لهذه العملية وإبقائه مشاركًا طوال التجربة.

نموذج الفيديو

توجد أداة أخرى أثبتت فعاليتها في تعليم الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد مثل **نموذج الفيديو**. تستخدم هذه الإستراتيجية مقاطع الفيديو للمساعدة في تعليم المهارات الاجتماعية ومهارات الحياة اليومية وغالبًا ما تكون أكثر فعالية من النماذج الحية. في نمذجة الفيديو، يشاهد الأفراد مقاطع فيديو تعرض سلوكًا إيجابيًا ثم يقلّدون الأشخاص في مقاطع الفيديو. هناك طريقة أخرى تُستخدم وهي عرض مقاطع فيديو للأفراد الذين يقومون بالسلوكيات بنجاح ويعيدونها. نموذج الفيديو هي طريقة ممتعة للأفراد للتعلم وطريقة فعالة للمدرسين ومقدمي الرعاية والمُعالجين لتعليم المهارات الهامة.

الأنظمة التحفيزية

يعد **التحفيز** عنصرًا مهمًا في المساعدة على تحسين مجالات صعوبة طفلك. يمكن أن يساعده على ربط السلوكيات الإيجابية بالردود الإيجابية. في حين أن التصفيق أو الهتاف هو مؤشر واضح على السلوك الإيجابي تجاه الطفل العصبي النموذجي، إلا إن الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد قد يحتاجون إلى مزيد من التحفيز أو التعزيز لفهم الاستجابة التي يحدثها السلوك. إن متابعة السلوك بالتعزيز الإيجابي مثل الثناء الكلامي المحدد أو المكافأة سيجعل طفلك أكثر عرضة لتكرار نفس السلوك في المستقبل. يمكن لهذا النظام أن يساعد طفلك على البناء تدريجيًا على مهارات بسيطة مثل التواصل بالعين من أجل تعلم مهارات اجتماعية أكثر تعقيدًا.

التفعيل

كيف اختار التدخل الصحيح؟

قد يكون اختيار مسار علاج طفلك محبطًا. تذكر العمل بشكل وثيق مع فريق معالجة طفلك واستكشف جميع الخيارات المتاحة أمامك. قد توفر المادتين التاليتين معلومات مفيدة لك أثناء اختيارك بين طرق علاج المعالجة لطفلك.

"تخفيف الإجهاد من خلال العمل بنشاط من أجل التدخل الصحيح" من مقالة التغلب على اضطراب طيف التوحد

كتبتها لين كيرن كوجيل، دكتوراه الفلسفة وكلير لازبنيك

من المخيف أن نتساءل عن إمكانات طفلك، لكن أفضل طريقة لتهدئة مخاوفك هي اتخاذ إجراء بتدخلات لها مردود. الخطوة الأولى هي أن تكون على اطلاع. تحدث إلى الأشخاص الذين تثق بهم – الوالدين الذين كانوا هناك، والخبراء في هذا المجال، والأطباء الذين لك علاقة معهم وما إلى ذلك. هناك الكثير من الإجراءات المشبوهة والتي تفترس الوالدين المذهولين الذين سيفعلون أي شيء لطفلهم. تأكد أن التدخلات التي تستخدمها سليمة علميًا وموثقة جيدًا. تأكد من اختبارها مع العديد من الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد وأن تلك المعالجات مستنسخة من خبراء وعيادات أخرى. أيضًا، تأكد من فهمك لحدودها - بعض التدخلات تعمل فقط على عدد قليل من الأعراض أو على مجموعة فرعية صغيرة من الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد. إذا كانت لك وقفة بعض الوقت والمال للتدخلات، فابحث عن درجة التغيير ومداه التي قد تحدثه.





"فهم أسلوب تعلم طفلك" بدءً من هل يعاني طفلي من اضطراب طيف التوحد؟

كتبتها: ويندي ستون، دكتوراه، تيريزا فوي ديجيرونيمو، ماجستير تربية.

يبدأ برنامج التدخل الصحيح بفهم أسلوب تعلم طفلك - والذي يختلف تمامًا عن أسلوب تعلم الأطفال الآخرين. من المحتمل أنك تدرك هذا لأنك حاولت أن تجعل طفلك ذو اضطراب طيف التوحد أن يلوح بيده بتلويح الوداع باستخدام نفس استراتيجيات التدريس التي استخدمتها مع أطفالك الآخرين - أي إظهار الفعل، وإطلاق حث كلامي بالقول "لوح تلويح الوداع" ويمكن حتى أن تحرك يده لتوضيح ما يجب عليه القيام به. ولكن عندما يبدو أن هذا النهج لا ينجح، ربما بدأت تعتقد أن طفلك كان عنيدًا أو غير متعاون. بعد كل شيء، أنت تقوم بتدريس مهارات بسيطة باستخدام أساليب ناجحة للغاية لأطفالك الآخرين. لكن الحقيقة هي أن طفلك ليس سيئًا. هو يحتاج فقط أسلوب تعليمي مختلف عن أطفالك الآخرين. هذا الاختلاف في أساليب التعلم لا يظهر إلا عندما تحاول تعليم الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد بل هو دليل على اختلاف الطريقة التي يتعلمون بها (أو لا يتعلمون) من تلقاء أنفسهم. يوجد الكثير من الامور التي يبدو أن الأطفال الذين لا يعانون من اضطراب طيف التوحد يتعلمونها دون عناء، دون أن يتعلموا، ولكن الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد لا يستوعبوها بسهولة. على سبيل المثال، الأطفال الصغار الذين لا يعانون من اضطراب طيف التوحد يتعلمون بطريقة ما، دون تعليم صريح، كيفية استخدام إيماءات الإشارة لمعرفة ما يريدونه أو الإشارة إلى المكان الذي يريدونك أن تنظري إليه. يتعلمون كيفية تتبع إشارتك أو نظرتك لمعرفة ما تنظرين إليه أو ما يهمك. فهم يكتشفون بطريقتهم كيف يستخدمون التواصل بالعين وتعبيرات الوجه لتوصيل تعبيرهم عن مشاعرهم وكذلك فهمهم. لمعنى تعابير وجهك ونبرة صوتك. إن السلوكيات الاجتماعية التواصلية ومهارات كهذه لا يستوعبها بشكل طبيعي الأطفال الصغار ذوي اضطراب طيف التوحد، وغالبًا ما يحتاجون إلى تعلمها بشكل صريح.

تجميع فريقك

يتكون فريق طفلك من العديد من الأعضاء المختلفين. سيساعدونك على التعامل مع جميع مجالات حياة طفلك ومساعدتك في اتخاذ القرارات بشأن معالجة طفلك، والتعليم، والترفيه والصحة. فيما يلي بعض المعلومات المفيدة حول كيفية تجميع هذا الملف من المهنيين.

الفريق الطبي

يجب أن يكون طفلك مدعوما من قبل طبيب الاطفال الذي لديه معرفة في المجال التنموي والذي سيعمل كمقدم رعاية أولية لطفلك. اعتمادًا على احتياجات طفلك، قد يضم أعضاء الفريق الطبي الآخرين طَبيبُ الجِهازِ العَصَبِيّ أو إخْتِصاصِيُّ الوِراثِيَّات أو طبيب أطفال نمائي أو اخصائي في أمراض الجهاز الهضمي أو طَبيبٌ نَفْسِيّ أو اخصائي التَّغْذِيَة.

فريق التدخل المكثف

التحليل السلوكي التطبيقي والمعالجة بالاستجابة المحورية والتدخل النمائي العلائقي ونموذج التواصل الاجتماعي / التنظيم العاطفي / دعم المعاملات (SCERTS) وبرنامج TEACCH والسلوك الكلامي كلها تدخلات مكثفة. اعتمادًا على شدة التدخل الأساسي، قد يتواجد قائد تدخل



من مقدمي الخدمة أو مُعالجين مشاركين في تقديم المعالجة العلاج حسب ما ينظمه القائد.

فريق الخدمات ذات الصلة

إن علاج النطق واللغة ، والعلاج الوظيفي، والعلاج الطبيعي وعلاج الدمج الحسي وتعليم المهارات الاجتماعية كلها خدمات ذات صلة. يجب على جميع المُعالجين العاملين مع طفلك التواصل بشكل متكرر واستخدام طريقة تدريس متناسقة.

الاستعانة بمُعالجين

بالنسبة للآباء والامهات الذين يستعينون بمُعالجين جدد، قد ترغبون في مراجعة المرشح كما تفعلون مع أي متقدم آخر لأي وظيفة والتعامل مع الموقف وفقًا لذلك. اسأل عن السير الذاتية.

الأمور المحددة الواجب البحث عنها في السيرة الذاتية:

الخبرة السابقة مع الأطفال المصابين باضطراب طيف التوحد في نفس العمر تقريبا لطفلك

مدة الخبرة التي حصل عليها المعالج

أنواع الخبرة التي يتمتع بها المعالج، على سبيل المثال، ما إذا كان قد عمل في بيئة مدرسية أو في برنامج خاص

الخلفية التعليمية

العضوية في منظمات اضطراب طيف التوحد المهنية - إذا كان الأمر كذلك، فمن الأرجح أنه يتابع المؤتمرات، مما يعزز مهاراته في المهنة

إجراء المقابلات

إجراء مقابلة "أثناء التدريب"، حيث يعمل المُعالِج المحتمل مع طفلك لتنفيذ برنامج اكتساب المهارات. من المهم أن ترى كيف يتعامل المُعالِج المحتمل مع التوجيهات وترى مدى مرونتة حول تغيير النُهج في تعليمه. ستحتاج إلى أن يكون المُعالِج المحتمل منفتحًا على الأفكار الجديدة من حيث أساليب التدريس. من المستحسن أن يقوم بإحضار فيديو لجلسة معالجة مع طفل آخر. هذا يوفر لك وجهة نظر أخرى من مهاراته التعليمية. إذا أمكن، راقب المُعالِج الذي يعمل مع طفل آخر.

التحقق من المراجع. توثق من التحدث مع المشرفين السابقين والوالدين الآخرين الذين عمل معهم المُعالِج. فهذه المصادر في الغالب مصادر جيدة لإيجاد مُعالجين إضافيين.

مراقبة فترة الاختبار. يخضع المُعالِج لفترة اختبار، يتم خلالها تسجيل الجلسات بالفيديو أو تُشاهد مباشرة حتى تشعر أنت و / أو منسق المنزل بالارتياح مع المُعالِج وتثق في قدراته.

—

"عندما يساورك القلق بشأن المعالج" من مقالة **التغلب على اضطراب طيف التوحد**

بقلم: لين كيرن كوجيل، دكتوراه الفلسفة وكلير لازبنيك

يوجد الكثير من الأدلة التي تظهر أن الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد يكونون أفضل عندما يشارك الوالدين بنشاط في التدخل وعندما تُنسق البرامج. ابحث عن البرامج التي تشجعك على المشاركة - يجب أن تتعلم جميع الإجراءات وتنسيق برنامج طفلك عبر كل بيئة. لا يمكنك فعل ذلك إذا كنت مُنغلقًا. إذا أخبرك أحد مقدمي المعالجة أنه لا يمكنك مشاهدة الجلسات أو أن طفلك يتحسن عندما لا تكوني موجودة، فهذا **إشارة خطر**. قد يكون من المعقول أن يطلب المُعالِج بضع جلسات بمفرده للترابط مع الطفل، ولكن أكثر من ذلك لا معنى له ويحتاج المُعالِج إلى التواصل معك بشكل كامل حتى تعرف بالضبط ما يحدث في جميع الأوقات. إذا أخبرك الطَبيبّة السَريريّة أنها لا توثق أي نوع من التغييرات، فعليك القلق - الطريقة الوحيدة لتقييم ما إذا كان برنامج المعالجة يعمل هو بتحليل التغييرات التي يجريها طفلك. احترس أيضًا من أي مُعالج يقول إنه يعمل على "رابطة الوالدين والطفل"، وأن إصلاح علاقتك مع طفلك سيحسن من سلوكها. وبعبارة أخرى، إذا استثناك مُعالِج طفلك، أو بدا يلومك أو يستخدم تقنيات ليس لها نتائج قابلة للقياس، فعليك التفكير في البحث عن معالج أو وكالة أخرى.

—



إدارة فريقك

شارك في التدريب. كن جزءًا من الفريق. تعتبر مشاركتك في تدريب الفريق أمرًا حيويًا حتى تتمكن من زيادة مهاراتك لممارسة الدور الابوي مع طفلك بنجاح وفهم أهداف برنامجه وتقنياته. ستسمح لك معرفة تقنيات وأهداف برنامج تدخلات طفلك بمراقبة تقدمه عن كثب وتوجيه أعضاء فريقك وتقييمهم. غالبًا ما تبدأ برامج التدخل المكثف بدورة تدريبية لمدة يوم أو يومين حيث يدرب قائد التدخل الرئيسي المُعالجين الفرديين.

إنشاء تواصل الفريق

توجد طريقتان مهمتان سيتواصل بهما فريقك. واحد هو من خلال دفتر الملاحظات الذي يسجل فيه كل مُعالج المعلومات بعد دورته مع طفلك. يقرأ كل معالج المعلومات المسجلة منذ الجلسة السابقة قبل الجلسة التالية مع طفلك. يمكن للوالدين والمشرفين إضافة معلومات إلى دفتر الملاحظات حسب الحاجة. الطريقة الأخرى هي من خلال اجتماعات الفريق. غالبًا ما تُعقد اجتماعات الفريق في منزل الطفل، خاصةً في حالة برامج التدخل التي تتم في البيت. يجب أن تشمل هذه الاجتماعات أكبر عدد ممكن من أعضاء فريقك. هذا سيضمن أن المُعالجين التابعين لك على علم بآخر المستجدات في كل جانب من جوانب البرنامج وأنهم جميعًا يعملون مع طفلك بطرق متناسقة. في اجتماعات الفريق، سوف تناقش ما هو العمل، وكذلك المجالات التي لم يتم إحراز تقدم فيها، بحيث يمكنك تحديد ما إذا كنت تريد إجراء تغييرات وما يجب أن تكون عليه هذه التغييرات. عادة ما يجتمع الفريق مرة في الشهر، ولكن قد يجتمع أكثر أو أقل في كثير من الأحيان حسب الحاجة. تتضمن العديد من اجتماعات الفريق الوقت اللازم للمُعالجين لمراقبة بعضهم البعض في العمل مع طفلك واستلام الملاحظات حول تقنياتهم

"نشر العلاج في ارجاء الأسرة"

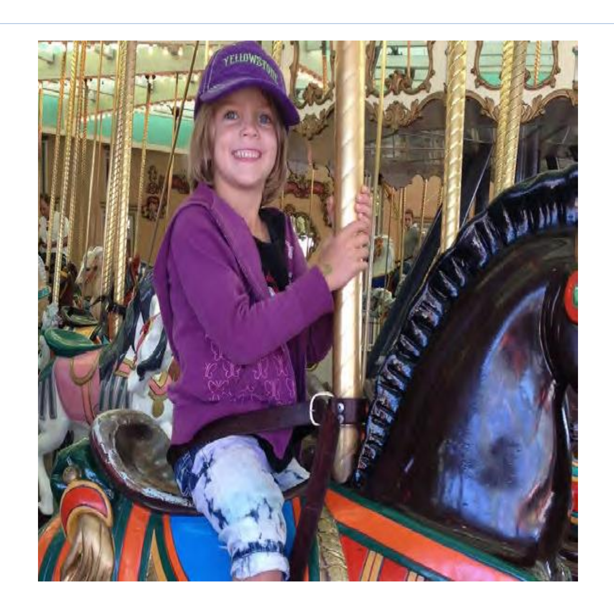
من مقالة **التغلب على اضطراب طيف التوحد** من تأليف لين كيرن كوجيل، دكتوراه الفلسفة، وكلير لازبنيك

تأكدوا دائمًا من اختيار المتدخلين الذين سيشاهدون الأسرة كزملاء في الفريق وسيشملونكم في تحديد الأهداف المستهدفة - يحتاج طفلك إلى تعلم المهارات التي ستساعد على أداء الأسرة، وتناسب نمط حياتك وتتوافق مع قيمك الثقافية والدينية. على سبيل المثال، قد يشعر الطبيب السريري أنه من المهم العمل على الرد على الهاتف، في حين قد تشعر الأسرة بأن التدريب على المرحاض هو هدف أكثر إلحاحًا وفوريًا. قد يكون كلا الهدفين صحيحين، لكن الأسرة تحتاج إلى أن يكون لها رأي في ترتيب أولوياتها. وبالمثل، تشير الدراسات إلى أن الأسر المطلوب منهم تنفيذ تدخلات من نوع التدريب يكون لها ضغط أكبر مما هي عليه عندما تُدمج تدخلات أقل صرامة في الروتين اليومي للأسرة. إن مدى حسن اداء الأسرة ككل هو أمر بنفس أهمية حسن أداء الطفل ذوي الاحتياجات الخاصة، وتقع على عاتقك مسؤولية العمل تجاه كلا النوعين من النجاح.

يوجد حاليًا أيضًا تطبيقات ومصادر تقنية أخرى تساعد الوالدين على إدارة فريقهم وإبقاء جميع الأشخاص على اطلاع واتصال. أحد المصادر هو فريقي للتوحد (myautismteam.com)), وهي شبكة اجتماعية تسمح لجميع المهنيين وأفراد الأسرة المشاركين في رعاية فرد لديه توحد بالتواصل وتوفير التحديثات. ابحث في قاعدة بيانات مؤسسة التوحد يتحدث تطبيقات اضطراب طيف التوحد على الموقع autismspeaks.org/autism-apps عن أدوات مماثلة!

"بينما كنا ننتظر المنطقة التعليمية لإكمال التقييمات، التقطت أنا وزوجي نسختين من نفس الكتاب عن اضطراب طيف التوحد وتسارعنا في قراءته. في الوقت الذي تمت فيه الاختبارات، تعلمنا الكثير! "





قد يكون من الصعب في بعض الأحيان قراءة بعض التقييمات حول نقاط القوة والتحديات التي يواجهها طفلك. من المفيد أن تتذكر أن طفلك هو نفس الطفل الذي كان عليه قبل التشخيص وقبل جميع التقييمات

اضطراب طيف التوحد والهروب من المنزل

السلامة جزء أساسي من حياتنا، سواء كنا في المنزل أو خارجه في المجتمع، بمفردنا أو مع أحبائنا. إن إدراك محيطنا واتخاذ الاحتياطات اللازمة للحفاظ على سلامتك أكثر أهمية للأفراد ذوي اضطراب طيف التوحد وعائلاتهم. الهروب من المنزل هي قضية بارزة بروزًا خاصًا في مجتمع اضطراب طيف التوحد. أكدت دراسة أجريت عام 2012 من شبكة اضطراب طيف التوحد التفاعلي أن ما يقرب من نصف المصابين باضطراب طيف التوحد قد حاولوا الهروب من المنزل. ونظرًا لتواتر هذه المشكلة، إليك بعض النصائح التي تم تعديلها من جمعية استجابة لتنبيهات الوعي بتجوال اضطراب طيف التوحد والتعاون التربوي (AWAARE) حول كيفية منع التّجوال:

1. **أمن منزلك**

ضع في اعتبارك الاتصال بشركة تركيب أقفال محترفة أو شركة أمن أو شركة محترفة لتحسين المنزل لتعزيز السلامة والوقاية في منزلك. قد تجد أنه من الضروري أن تمنع طفلك العزيز من الخروج خفية دون أن يلاحظه أحد بتركيب أقفال ترابيس آمنة تتطلب مفاتيح على كلا الجانبين، ونظام إنذار أمن منزلي، وأجهزة إنذار رخيصة الثمن مثبتة على الأبواب تعمل بالبطاريات، وخطاطيف وأقفال عينية على جميع الأبواب في مكان أعلى من أن يصل إليه أطفالك، وسياج حول فنائك، **وعلامات توقف** قابلة للطباعة على الأبواب والنوافذ والمخارج الأخرى، إلخ.

2. **فكر في جهاز تحديد المواقع**

تحقق من تطبيق القانون المحلي لمشروع الإنقاذ أو خدمات سلامة شبكة لو جاك سيفتي نت (LoJ SafetyNet). توضع أجهزة تحديد الموقع هذه على المعصم أو الكاحل وتحدد موقع الفرد من خلال ترددات موجات الراديو. أنظمة تحيد الموقع جي بي إس (GPS) المختلفة متوفرة أيضًا.

3. **فكر في أساور الهوية**

تشمل هويات الأساور الطبية اسمك ورقم الهاتف وغيرها من المعلومات الهامة. وقد تشير أيضًا إلى أن طفلك من ذوي اضطراب طيف التوحد وهو شخص غير ناطق باللغة .

4. **علم طفلك السباحة**

السبب الرئيسي لوفاة الأفراد ذوي اضطراب طيف التوحد هو الغرق. تذكر أن تعليم طفلك كيفية السباحة لا يعني أن طفلك آمن في الماء. إذا كنت تمتلك حمام سباحة، ثبت سياج حوله. إذا كان لدى الجيران حمامات سباحة، فاحرص على اعلامهم احتياطات السلامة. أزل جميع الألعاب أو العناصر المثيرة للاهتمام من حمام السباحة عندما لا تكون قيد الاستعمال..

5. **نبه جيرانك**

من الموصى به أن يخطط مقدمو الرعاية لزيارة قصيرة مع الجيران لتعريف أحبائهم بهم أو تعريفهم بصورهم الفوتوغرافية. يساعد تعريف جيرانك في تقليل المخاطر المرتبطة بالتجوال.

6. نبه المستجيبين الأوائل

قد يحسن توفير معلومات رئيسية للمستجيبين الاوائل قبل وقوع حادث ما الاستجابة. يجب أن يتضمن المنشور جميع المعلومات ذات الصلة وأن يتم نسخه وحمله مع مقدمي الرعاية في جميع الأوقات. وزع المنشور على الأسرة والجيران والأصدقاء وزملاء العمل، بالإضافة إلى المستجيبين الأوائل. تأكد دائمًا من العمل مع فريق طفلك للتعبير عن أي مخاوف بشأن مشكلات السلامة، بحيث يمكنكما العمل معًا على خطة سلامة مناسبة لأحبائك . يمكن إيجاد مزيد من المعلومات حول الأمان والتجوال في awaare.org, autismspeaks.org/safety autismspeaks.org/wandering-resources

حوادث الهروب من المنزل بين الأفراد المصابين باضطراب طيف التوحد شائعة جدًا. استجابة للحوادث المؤسفة والمخاوف التي أثاروها الوالدين في مجتمع اضطراب طيف التوحد، قمنا بتجميع قائمة من الخطوات التي يمكنك اتخاذها لمنع الحوادث المتهورة والحفاظ على سلامة طفلك في المدرسة.

سبع خطوات يمكنك اتخاذها لمنع الهروب في مدرسة طفلك

1. **إذا كان طفلك يميل إلى الهروب،** فمن الضروري التعامل مع مشاكل الهروب في برنامج التعليم الفردي الخاص به (IEP). إذا كان هناك تاريخ من حوادث الهروب، فمن المهم استدعاء اجتماع موظفي المدرسة والإداريين وفريق برنامج التعليم الفردي التابع لطفلك لإطلاعهم على هذه المواقف السابقة، بالإضافة إلى تثقيفهم حول مشكلة الهروب في اضطراب طيف التوحد بشكل عام. في حالة حدوث أي تغيير أو حادث، يحق لك بصفتك أحد الوالدين تعديل برنامج التعليم الفردي وتعديل بنود معينة، في أي وقت.
2. **اكتب خطاب تطالب به أن تكون على علم،** فورًا وخطيًا، بأي حادث هروب داخل أو خارج الحرم المدرسي. إذا كان طفلك يتطلب إشرافًا من شخص منفرد، تأكد من توضيح ذلك لموظفي المدرسة - وتوثيقه بوضوح في برنامج التعليم الفردي المكثف - والتأكيد أنه في أي حال من الأحوال يجب عدم ترك طفلك بمفرده في أي وقت. يمكن إيجاد نموذج الخطاب في نهاية هذا الملف
3. **وثق بعناية كل الحوادث المتعلقة بالهروب.** ستساعد مشاركة هذه المعلومات مع الموظفين في مدرسة طفلك في إعدادهم في حالة وقوع مثل هذا الحادث في المدرسة. على سبيل المثال، أين وجد طفلك في الماضي؟ ما هي جوانب افتتانه أو وساوسه؟ أين من المحتمل أن ينجذب في الحرم القريب؟
4. **حاول إزالة جميع عوامل الجذب المحتملة التي أدت إلى الهروب في الماضي.** على سبيل المثال، إذا كان طفلك ينجذب إلى الماء، فتأكد أن جميع حمامات السباحة والبحيرات وما إلى ذلك في منطقة المدرسة مغلقة بحيث لا يكون هناك فرصة لطفلك للوصول إليها.
5. **اسأل ما هي سياسات المدرسة بشأن منع الهروب.** فهم أي تدابير أمنية وجميعها التي تستخدمها المدرسة. إذا كنت تعتقد أن هناك شيئًا مفقودًا (أي حاجزًا قد تجده ضروريًا قد لا يكون موجودًا)، فاحرص على التعبير عن مخاوفك. غالبًا ما يتطلب الأمر التحدث لضمان أمان طفلك. يمكن أن تساعد إخطارات طبيب طفلك التي تشير إلى هذه الحوادث على توفير أسباب سليمة لعمل تدابير أمنية قوية
6. **عرف طفلك بجميع موظفي الأمن.** زوّد فريق الأمن بمزيد من المعلومات حول طفلك، مثل كيفية تهدئته، سواء أكان يستجيب أو لا يستجيب بشكل جيد للمس، أو الصوت، إلخ. يجب أن يكون كل أفراد الأمن على دراية بميل طفلك للهروب حتى يكون لديهم إخطار بمراقبته مراقبة إضافية. يمكن إيجاد نموذج تنبيه هروب لملء معلومات محددة عن طفلك لجميع المستجيبين الأوائل بما في ذلك الأمن المدرسي، في نهاية هذا الملف.
7. **بالإضافة إلى تضمين جميع المعلومات المتعلقة بالتجوال، تأكد أن برنامج التعليم الفردي الخاص بطفلك يتضمن أيضًا مهارات** السلامة والتدابير الوقائية من التجوال. قم بتضمين هذه المهارات في برامج معالجة طفلك إذا كنت قادرًا على القيام بذلك.






التكنولوجيا واضطراب طيف التوحد

أصبحت التكنولوجيا مثل أجهزة الآي باد (iPad) وأجهزة الكمبيوتر والهواتف الذكية أدوات قيّمة في العلاج والحياة اليومية لذوي اضطراب طيف التوحد. يمكن لهذه الأجهزة المساعدة في مجالات تتراوح من تتبع السلوك إلى الاتصال والمزيد. هناك العديد من الخيارات في كيفية استخدام التكنولوجيا لفائدة كل فرد. ناقش استخدام التكنولوجيا لطفلك مع فريق العلاج الخاص بك .

تحتوي قاعدة بيانات تطبيقات اضطراب طيف التوحد (Autism Apps) لمؤسسة **التوحد يتحدث** على مئات من التطبيقات المفيدة مقسمة حسب العمر، والمنصة التي تعمل عليها والفئة. وتشمل الفئات التدخل السلوكي، والاتصال، والمهارات الاجتماعية، والتعليمية، والمهارات الوظيفية وأكثر من ذلك. ابحث في قاعدة البيانات في الموقع: autismspeaks.org/autism-apps. توجد العديد من هذه التطبيقات لمساعدة الأفراد ذوي اضطراب طيف التوحد على اتخاذ خطوات كبيرة في مهارات الاتصال لديهم وقدراتهم للتعبير عن أنفسهم.

بالإضافة إلى ذلك، أصبحت التكنولوجيا مفيدة للغاية في السماح لعائلات الأفراد ذوي اضطراب طيف التوحد وأعضاء فريقهم بتتبع تقدم الطفل والبقاء على اطلاع بالمستجدات على جدوله، والتحسينات، ونقاط القوة والتحديات التالية للعلاج والتدخلات. وتشمل الامثله ما يلي:

تطبيق ماي ميديكال آب (My Medical App)

يقوم هذا التطبيق بتخزين سجلات طبية كاملة لأكبر عدد ممكن من الأشخاص كما يحلو لك، ويساعدك على الاحتفاظ بالمعلومات الهامة التي يصعب تذكرها في متناول اليد طوال الوقت ويسمح لك بتتبع ورسم نتائج الاختبارات والعلامات الحيوية وإرسال السجلات إلى الأطباء بنقرة زر واحدة. mymedicalapp.com

تطبيق ثيرابي كونيكت آب (TherapyConnectApp)

وضع هذا التطبيق فريق من أختصاصيي اللغة والنطق ومستشاري السلوكية مكرسًا لخدمة الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة بما في ذلك اضطراب طيف التوحد. وهي أداة لكل من المُعالجين / مقدمي الخدمات والأسر الذين يرغبون في الحفاظ على خطط معالجة متسقة تعمل من أجل أطفالهم من خلال السماح للمستخدم بمراقبة خطة علاج الطفل من أي جهاز آي باد.

truetherapydata.com

تطبيق أوتيزم تراك (AutismTrack ™)

يعد تطبيق أوتيزم تراك أداة تتبع للبيانات القابلة للتخصيص التي تمكّن مقدمي الرعاية لذوي اضطراب طيف التوحد من تتبع التدخلات والسلوكيات والأعراض بسهولة. تسمح مربعات الاختيار بالتسجيل اليومي لأي علاج أو دواء أو نظام غذائي. handholdadaptive.com/AutismTrack.html

تطبيق أيدينتيفور (Identifor)

أُطلق تطبيق أيدينتيفور في نوفمبر 2014، وهو عبارة عن موقع إلكتروني مجاني وتطبيق مصمم لمساعدة الوالدين من أمثالك على فهم مهارات طفلك، أو قدراته أو اهتماماته (أو مساعدته على فهم نفسه) باستخدام مجموعة متنوعة من الألعاب الترفيهية والتفاعلية.

identifor.com

يمكنك الاطلاع على معلومات إضافية حول التكنولوجيا والطرق العديدة التي يمكن أن تساعد الأفراد المصابين باضطراب طيف التوحد في الموقع:

autismspeaks.org/family-services/technology

ابحث في قاعدة بيانات تطبيقات مؤسسة التوحد يتحدث لتطبيقات مفيدة لطفلك في الموقع:

autismspeaks.org/autism-apps



اضطراب طيف التوحد و الفصل الدراسي

الحصول على الخدمات: حق طفلك في التعليم العام(الرجاء مراجعة قوانين الدولة التي تعيش فيها)

لكل طفل الحق في الحصول على تعليم مناسب. يفرض قانون تعليم الأفراد ذوي الإحتياجات (IDEA)، الذي صدر في عام 1975، بتفعيل التعليم العام لجميع الأطفال المؤهلين ويحمل المدارس مسؤولية توفير الدعم والخدمات التي من شأنها أن تسمح بحدوث ذلك. روجع مؤخرَا قانون تعليم الأفراد ذوي الإالاحتياجات "IDEA" في عام 2004 (وأُعيد تسميته، في الواقع، بقانون تحسين التعليم الخاص بالأفراد ذوي الإعاقات، ولكن معظم الناس ما زالوا يشيرون إليه باعتباره قانون تعليم الأفراد ذوي الإحتياجات). يفرض القانون على الولاية تزويد الطفل المؤهل بتعليم عام مناسب يلبي احتياجاته الفردية الفريدة. يحدد قانون تعليم الأفراد ذوي الإحتياجات أن الأطفال ذوي الإعاقات المختلفة، بما في ذلك اضطراب طيف التوحد، يحق لهم الحصول على خدمات التدخل المبكر والتعليم الخاص. بالإضافة إلى ذلك، وضع تشريع قانون تعليم الأفراد ذوي الإحتياجات نهجًا هامًا للفريق ودورًا للوالدين كشركاء على تقديم المساواة في التخطيط لكل طفل على حدى ويشجع على التعليم في أقل بيئة مقيدة. بالإضافة إلى أحكام قانون تعليم الأفراد ذوي الإحتياجات، ينص قانون الأمريكيين ذوي الإحتياجات لعام 1990 (ADA)، كحق مدني، على الحماية وتوفير فرص متساوية للحصول على التعليم لأي شخص من ذوي الاحتياجات. يعد القسم 504 من قانون إعادة التأهيل لعام 1973 وهو حق آخر من قانون الحقوق المدنية يحظر التمييز على أساس الاحتياجات في البرامج والأنشطة العامة منها والخاصة للذين يحصلون على مساعدة مالية فيدرالية. وبشكل عام، فإن الأفراد المحميين بهذه القوانين يشملون أي شخص لديه احتياجات جسدية أو عقلية تحد بشكل كبير من نشاط واحد أو أكثر من أنشطة الحياة.

إن الدفاع عن تعليم طفلك هو دور مهم جدًا، وقد يبدو أحيانًا عظيم الشأن ومربكًا. يوجد كتابان من الممكن أن يكونا مفيدان: لرايتياو (Wrightslaw): من العواطف إلى المناصرة - دليل بقاء التعليم الخاص، بقلم بام رايت وبيتي راين وكتاب كيفية التوصل إلى حل مع منطقتك التعليمية دون المساومة على طفلك، من تاليف غاري مايرسون. ستجد أيضًا كتبًا ومواقع على الشبكة العالمية إضافية في الجزء الخلفي من هذا الملف والتي ستكون مفيدة أيضًا في هذه العملية.

يحق لك كأحد الوالدين أن تُعامل كشريك متساوٍ مع المنطقة المدرسية في اتخاذ قرار بشأن خطة تعليمية لطفلك.

ما هي الخطة التعليمية الفردية (IEP)؟

تعتبر **الخطة التعليمية الفردية (IEP)** المستند الذي يوضح تفصيلًا احتياجات الطالب وكيف سيتم الوفاء بها. تصف الخطة التعليمية الفردية نقاط قوة طفلك ونقاط ضعفه، ويضع أهدافًا وغايات قابلة للقياس، ويقدم تفاصيل حول الدعم والأماكن التي سيتم استخدامها للوفاء بها. أثناء تعليم طفلك، سيكون من الضروري بالنسبة لك وللمربين المختلفين لطفلك مواصلة التعلم عن اضطراب طيف التوحد بشكل اكثر. سوف تحتاج إلى التعاون خلال كل عام دراسي وتحافظ على دوافعك لضمان تفوق طفلك وإشعاره بالراحة في بيئة التعلم. من الضروري أن يستمر تقييم احتياجات طفلك وأن تعمل مع الفريق في المدرسة لتحديد الأهداف والغايات في الخطة التعليمية الفردية لطفلك حتى تصبح الخطة التعليمية الفردية خارطة الطريق لتعليمه. بصفتك أحدالوالدين، سوف تساعد المدرسة في صياغة هذه الخطة وسوف تحضر جميع الاجتماعات والتقييمات المهمة. تتشكل الخطة التعليمية الفردية من العديد من أعضاء طاقم المدرسة، بما في ذلك المعلمين والمُعالجين وإخْتِصاصيُّي عِلْمِ النَّفْس ومعلمي التربية الخاصة. بعد إنشاء الخطة التعليمية الفردية لطفلك، سيجتمع هذا الفريق من المربين بشكل منتظم لمناقشة تقدم طفلك، سواء من خلال النجاح أو التحدي. هذه الاجتماعات لن تتناول فقط المخاوف الأكاديمية، ولكن القضايا الاجتماعية والعاطفية أيضًا.




أسئلة يجب مراعاتها في وضع الخطة التعليمية الفردية لطفلك

ملخص، دليل ونصائح عملية، ملف أدوات مصمم لمؤسسة التوحد يتحدث قام به المحامين في شركة غودوين بروكتيد

الصف و الزملاء

- هل يجب أن يكون طفلي في فصل تعليمي عام أو خاص؟ أو كلاهما؟
- هل يجب ان يكون في التعليم العام جزئيًا أو كليًا؟
- ما هي الخطة الانتقالية التي يجب وضعها في التعليم العام؟
- ما نوع فصل التعليم الخاص الذي سيكون مثاليًا؟
- إذا كان التعليم الخاص مناسبًا، فما هي التصنيفات التعليمية والمستويات المعرفية ومستويات النضج للزملاء في الصف؟
- كم عدد الطلبة الآخرين في الصف؟
- كم عمر الطلبة الآخرين؟ ما مدى مستوى المهارة التي لديهم؟
- ما هي أنشطة المنهج الدراسي الإضافي المتاحة؟
- كم يبعد الفصل عن المنزل؟ ما المسافة التي تريحني؟
- ما نوع الصف أو الدعم (المساعدات) السلوكية أو التعليمية والأماكن التي يحتاج إليها طفلي للدعم في أقل بيئة تقييدية؟
- **المدرسون والموظفون الآخرون**
- ما عدد المدرسين في الفصل الدراسي؟ كم عدد المساعدين؟
- ما هي النسبة المثالية بين الطلبة والمعلمين؟
- ما نوع الخبرة أو التدريب الخاص الذي يجب أن يكون لدى المعلمين؟ المساعدين؟

محتوى الصف

- ما هي المواضيع المحددة التي أريدها في المنهج؟ ما الذي لا أريده؟
- هل هناك برامج محددة من شأنها أن تنفع طفلي؟
- هل سيخضع طفلي لامتحانات تقييم على مستوى الولاية؟ ما هي الترتيبات التي ستكون ضرورية؟

الخدمات ذات الصلة

- ما هي خدمات الدعم المحددة التي يحتاجها طفلي؟
  - وسائل النقل
  - خدمات التطوير
  - الخدمات التصحيحية
  - الخدمات الفنية، العلاج بالفن
  - العلاج بالموسيقى أو العلاج بالرقص
  - خدمات ما بعد المدرسة أو عطلة نهاية الأسبوع
  - التكنولوجيا المساعدة

الأهداف

- ما هي الأهداف المحددة و القابلة للقياس المناسبة؟

خدمات الانتقال

- ما هي الخدمات التي يحتاجها طفلي ليكون جاهزًا (فكر في ذلك إذا كان ذلك ملائمًا) ...
  - يعيش باستقلالية؟
  - استمرار التعليم العالي؟
  - العمل؟



قبل اجتماع الخطة التعليمية الفردية، سيقدم المتخصصون في المدرسة التوجيه وتقييم طفلك. وسيعقد اجتماع التخطيط الرسمي. تحتوي برامج التعليم الفردي بشكل عام على أهداف لطفلك (على المدى الطويل والقصير)، والخدمات التي ستقدم على مدار العام. بالإضافة إلى الأهداف المحددة لطفلك.

مقارنة بين التشخيص الطبي والتشخيص التعليمي

تعتمد الأهلية للحصول على الخدمات في المدرسة على التقييم التعليمي والتشخيص، وهو ليس مجرد تشخيص طبي في إطار الدليل التشخيصي والإحصائي للاضطرابات النفسية الإصدار 5 (DSM-5) من مقدم الرعاية الصحية لطفلك. لسوء الحظ، فإن التشخيص الطبي لاضطراب طيف التوحد لا يمنح الطالب تلقائيًا خدمات التعليم الخاص بموجب قانون تعليم الأفراد ذوي الإحتياجات في الولايات المتحدة الامريكية.

للحصول على تشخيص تعليمي والوصول إلى الخدمات، يجب عمل تحديد تعليمي الاحتياجات يقوم به فريق متعدد التخصصات من المهنيين في المدارس. من المهم طلب تقييم تعليمي لطفلك بعد التشخيص الطبي لطفلك حتى يتمكن من الوصول إلى خدمات التعليم الخاص في أقرب وقت ممكن. يعتمد هذا التقييم على ما مدى تأثير التشخيص الطبي للتوحد على قدرة الطالب على التعلم في المدرسة.

يتضمن التقييم تقييمًا للتحصيل الأكاديمي، ومراقبةً السلوكيات في الأماكن المدرسية، ومقابلات الاسرة، وتقارير المشاكل السلوكية الذي يجريه أفراد الأسرة والمهنيين في المدارس وأكثر من ذلك. تحدد الخطة التعليمية الفردية للطلبة (IEP)، بالإضافة إلى حقوقه في خدمات التعليم الخاصة التي توفر للطالب تعليمًا عامًا مناسبًا. بموجب قانون تعليم الأفراد ذوي الإحتياجات، يجب أن تتم عملية إعادة التقييم مرة كل ثلاث سنوات على الأقل ويمكن أن تتم بشكل أكثر تكرارًا إذا قدمت أنت أو معلم طفلك طلبًا كتابيًا بناءً على الشعور بأن احتياجاته تغيرت. تساعد عمليات إعادة التقييم هذه عند تعديل برنامج التعليم الفردي لطفلك بحيث يستمر في الوصول إلى خدمات التعليم الخاص التي ستساعد في تحقيق أفضل النتائج الممكنة.

إعداد الخدمات والدعم في المدرسة

على مدار العملية التعليمية لطفلك، من المهم أن تتذكر أن لكل طفل مجموعة فريدة من القدرات والتحديات. سيكون تثقيف نفسك وفريق طفلك التعليمي في المدرسة أمرًا أساسيًا لنجاح طفلك في الصف. وبما أنه يمكن تشخيص الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد في جميع مراحل عملية التعليم المختلفة، فمن الضروري التأكد أن أماكن الترتيبات المناسبة تتوفر لهم بغض النظر عن تاريخ تشخيصهم. قد يُظهر الأفراد ذوي اضطراب طيف التوحد أدلة على وجود مشاكل متميزة؛ يواجهون صعوبة أكثر مع التفاعلات الاجتماعية والتواصل أكثر من دراستهم والواجب المدرسي. ونظرًا لأن كل طفل يختلف عن الآخر، فيحتاج الوالدان والمعلمون إلى العمل بشكل تعاوني من أجل التركيز على مواطن قوة الطفل وتمكينه من التمتع بخبرة تعليمية إيجابية وناجحة.

حالما يُشخص طفلك، فمن الضروري التأكد من حصوله على الدعم المناسب في المدرسة. أثناء عملك مع نظام مدرستك، من المهم أن تتذكر أنه يجب تصميم برنامج طفلك بشكل فردي، حيث أن لكل طفل احتياجات فريدة، حتى لو كان التشخيص هو نفس تشخيص طفل آخر. سيساعد الحصول على هذه الخدمات طفلك على ضمان تمكن معلمه من توفير أفضل تعليم ممكن من حيث الفاعلية.

عندما تخبر معلمي طفلك وغيرهم من المختصين في المدرسة عن تشخيصه، تأكد من تزويدهم بمعلومات مفيدة عن اضطراب طيف التوحد إذا لم يكونوا على علم بنقاط القوة والضعف لدى طفلك عند مناقشة أفضل الطرق لدعمه في البيئة المدرسية. قد تحتاج إلى التواصل باستمرار مع المهنيين الدراسيين للتأكد من تلبية احتياجات طفلك بطريقة ناجحة وداعمة.

يُعد ملف أدوات المجتمع المدرسي لمؤسسة **التوحد يتحدث** مصدرًا مفيدًا للغاية لتشاركه مع مدرستك لمساعدة جميع أعضاء مجتمع المدرسة على فهم الطلاب ذوي التوحد مثل طفلك ودعمهم. يوفر هذا الملف معلومات مفيدة عن الطلبة ذوي اضطراب طيف التوحد، بالإضافة إلى أدوات واستراتيجيات لتحقيق تفاعلات إيجابية وزيادة التعلم لطفلك وأقرانه ومدرسيه ومدراء المدارس وغير ذلك. يحتوي الملف على معلومات للجميع من الأقران إلى



المهنيين المساعدين حتى سائقي الحافلات، ومسؤولي الأمن والممرضات وغير ذلك.

قم بتنزيل ملف أدوات المجتمع المدرسي لمؤسسة **التوحد يتحدث** مجانًا في الموقع: autismspeaks.org/school



ست خطوات للنجاح موجهة للمربين ومقدمي الخدمات

في الصف، سيواجه الطالب والمعلم تحديات مختلفة. تقدم منظمة بحوث اضطراب طيف التوحد (OAR) خطة الخطوات الستة التالية للمدرسين، والمتضمنة في ملفهم الشامل بعنوان، **دليل المربي لمتلازمة أسبرجر**، للمساعدة في دعم طفلك في الفصل وخلال سنوات دراسته في المدرسة. قد يكون من المفيد مشاركة هذه النصائح مع معلم طفلك. لاحظ أن مصطلح متلازمة أسبرجر في القطعة الأصلية أُستبدل بكلمة "توحد"، نتيجة لتغيرات الدليل التشخيصي والإحصائي للاضطرابات النفسية الإصدار 5 (DSM-5).

الخطوة 1: ثقف نفسك

السلوكيات المختلفة هي جزء كبير من اضطراب طيف التوحد. سوف يساعدك التعلم عن اضطراب طيف التوحد والخصائص المحددة لطالبك في معالجة السلوكيات بشكل فعال. فيما يلي بعض النصائح لمفيدة التي يمكنها إرشاد الحياة المدرسية اليومية للطلبة ذوي اضطراب طيف التوحد.

استثمر "وقت اضطراب طيف التوحد". "وقت اضطراب طيف التوحد" يعني "وقت مضاعف مرتين أكثر، نصف إنجاز." غالبا ما يحتاج الطلبة من ذوي اضطراب طيف التوحد إلى وقت إضافي لإنجاز المهام، وجمع المواد، وتوجيه أنفسهم خلال المراحل الانتقالية.

إدارة البيئة. يمكن لأي تغيير أن يزيد القلق لدى الطالب من ذوي اضطراب طيف التوحد. اسعى جاهدًا لتوفير التناسق في الجدول وتجنب التغييرات المفاجئة.

أنشئ جدول أعمال متوازن. قم بعمل جدول بصري يتضمن الأنشطة اليومية للطلبة من ذوي اضطراب طيف التوحد. يجب مراقبة أو إعادة هيكلة بعض أجزاء الجدول اليومي أو حصص معينة أو أنشطة معينة، حسب الحاجة.

بسط اللغة. حافظ على لغتك بسيطة ومختصرة، وتحدث بوتيرة بطيئة ومتعمدة. يواجه الطلبة ذوي اضطراب طيف التوحد صعوبة في "القراءة بين السطور"، أو فهم المفاهيم المجردة مثل السخرية، أو تفسير تعبيرات الوجه. كن واضحًا ومحددًا عند تقديم التعليمات.

إدارة تغيير الخطط. تأكد أن الطالب ذوي اضطراب طيف التوحد يدرك أنه في بعض الأحيان يمكن تغيير الأنشطة المخطط لها أو إلغائها أو إعادة جدولتها. جهز خطط احتياطية وشاركها مع الطفل ذوي اضطراب طيف التوحد.

كن كريمًا في الثناء. ابحث عن الفرص على مدار اليوم لإخبار الطالب ذوي اضطراب طيف التوحد عما فعله صحيحًا. جامله في المحاولات وكذلك النجاحات. كن محددًا للتأكد أن الطالب ذوي اضطراب طيف التوحد يعرف سبب تقديمك الثناء.

الخطوة 2: الوصول إلى الوالدين

إن آباء الطلبة ذوي اضطراب طيف التوحد هم المصدر الأول والأفضل للمعلومات عن أطفالهم؛ يمكنهم تزويدك بمعلومات حول سلوك أطفالهم وأنشطتهم اليومية. من الناحية المثالية، ستبدأ هذه الشراكة بالاجتماعات قبل العام الدراسي. بعد ذلك، اتباع اساليب وأنماط تواصل متفق عليها بشكل متبادل مع الأسرة طوال العام الدراسي او السنة الدراسية

الخطوة 3: تجهيز الصف

بعد أن عرفت الحساسيات الفردية وخصائص الطالب الذي يعاني من اضطراب طيف التوحد، لديك الآن المعلومات التي تحتاج إليها لتنظيم صفك بشكل مناسب. يمكنك ترتيب الجوانب المادية لصفك، مما يجعله أكثر راحة للأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد دون التضحية بخططك العامة للحصص. يحتوي **دليل المربي حول متلازمة أسبرجر** على معلومات حول طرق محددة لهيكلة البيئة الأكاديمية والطبيعية لتلبية احتياجات طالبك من ذوي اضطراب طيف التوحد.

الخطوة 4: تثقيف الزملاءوتعزيز الأهداف الاجتماعية

يعاني الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد من عجز اجتماعي يجعل من الصعب عليهم إقامة الصداقات. ومع ذلك، وبمساعدة مناسبة، يمكنهم مشاركة أقرانهم وإقامة علاقات متبادلة ودائمة.

يمكن أن تسبب خصائص اضطراب طيف التوحد اللأقران أن ينظر إلى الطفل من ذوي الاضطراب على أنه غريب



يمكن أن يؤدي إلى حالات تنطوي على إغاظة أو تسلط. لا يستطيع الأطفال من ذوي اضطراب طيف التوحد في كثير من الأحيان التمييز بين الإثارة المرحة والإزعاج السمج. يجب أن يكون المعلمون وموظفو المدرسة على دراية بأن الطلبة من ذوي اضطراب طيف التوحد عرضة للتسلط أو الإزعاج المفرط، ويجب مراقبتهم بحثًا عن أي علامات على ذلك.

تحدث العديد من التفاعلات الاجتماعية خلال الأوقات الغير المنظمة في أماكن خارج غرفة الصف حيث قد ينتهي الأمر بطلبة اضطراب طيف التوحد بالعزلة. قد ترغب في إنشاء "دائرة من الأصدقاء"، وهي مجموعة من الأقران المسؤولة عن الطلبة ذوي اضطراب طيف التوحد، الذين لن يتخلوا عن زميلهم، ويعملون كنموذج للسلوك الاجتماعي المناسب، والحماية من الإغاظة أو التسلط. ويمكن أيضًا تشجيع هذا التكتيك خارج المدرسة.

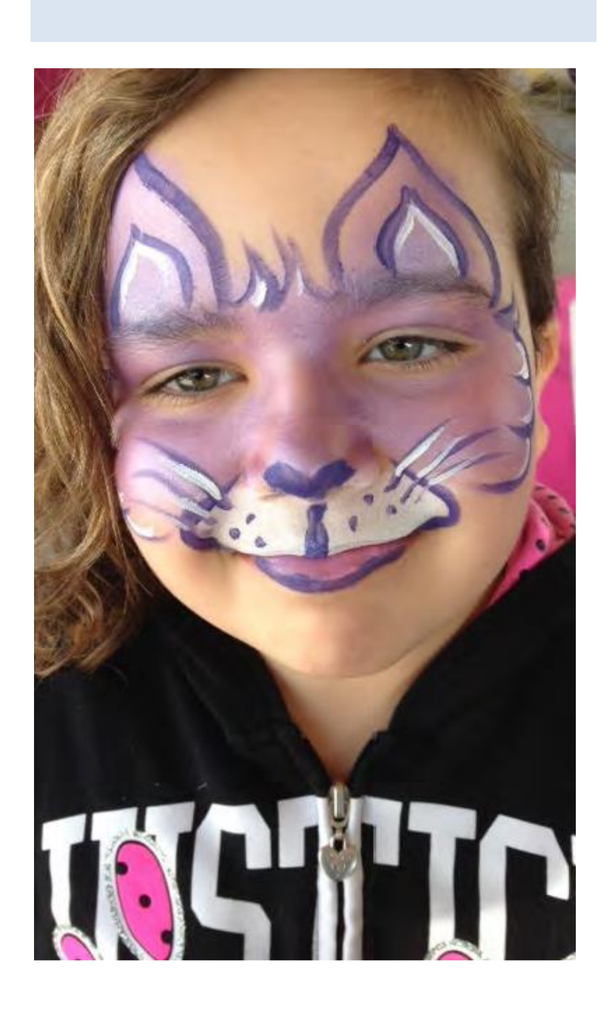
الخطوة 5: التعاون في تطوير البرنامج التعليمي

الخطوة 6: إدارة التحديات السلوكية

تعتبر المدرسة بيئة مجهدة ومصدر توتر للطفل. قد تخلق المواقف الأكاديمية والاجتماعية الشائعة إجهادًا شديدًا على الطلبة ذوي اضطراب طيف التوحد. قد تشمل صعوبة في التنبؤ بالأحداث بسبب تغيير الجداول، والتحولات وفهم اتجاهات المعلم، والتفاعل مع الأقران، وتوقع التغييرات، مثل إضاءة الفصل ، والأصوات / الضوضاء، والروائح، وما إلى ذلك

عادةً ما تحدث نوبات الغضب أو الانهيارات (غالبًا ما تستخدم المصطلحان بالتبادل) في ثلاث مراحل وقد تكون بأطوال متغيرة. نادرًا ما يشير الطلبة ذوي اضطراب طيف التوحد إلى أنهم يتعرضون للإجهاد. قد لا يعرف الطلبة الذين يعانون من اضطراب طيف التوحد دائمًا متى يقتربون من مرحلة الأزمة، إلا أن معظم الانهيارات لا تحدث إلا بسابق إنذار. يوجد نمط من السلوك، الذي يكون في بعض الأحيان خفي، يشير إلى اندلاع سلوكي وشيك. تعتبر الوقاية من خلال استخدام الدعم الأكاديمي والبيئي والاجتماعي والحسي المناسب والتعديل على البيئة والتوقعات هي الطريقة الأكثر فعالية.

يوجد العديد من الاستراتيجيات التي يمكن استخدامها لمساعدة طفلك على تجنب نوبات الغضب أو الانهيارات. باستخدام "تقييم السلوك الوظيفي"، يمكن أن يساعدك أحد المتخصصين المدربين في التحليل السلوكي التطبيقي، أو التعليم، أو علم النفس على تحديد سبب نوبات الغضب، وتغيير البيئة لتقليل التوتر الذي تسببه، وتعليم طفلك التعبير عن رغباته أو مشاعره



التنمر واضطراب طيف التوحد

للأسف، غالبًا ما يكون الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد عرضة للتّنمر. في دراسة أجريت عام 2012، توصلت الشبكة التفاعلية للتوحد إلى أن ما مجموعه 63% من 1,167 طفل من ذوي اضطراب طيف التوحد، تتراوح أعمارهم بين 6 و 15 سنة، تعرضوا للتنمر في مرحلة ما من حياتهم. يوجد العديد من الأدوات والمصادر المتاحة للمساعدة في منع التنمرو التسلط على طفلك في المدرسة. تفخر مؤسسة **التوحد يتحدث** بالمشاركة مع المركز الوطني لإعاقات التعلم، ومركز التنشيط الوطني لتحالف المدافعين عن حقوق الوالدين من أجل الحقوق التعليمية (PACER) ومسار القدرة (Ability Path)،

وكذلك الفيلم الوثائقي **التنمر**، لرفع مستوى الوعي حول تأثير التنمر على الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة

المعلومات أدناه بتصرف من ملف أدوات مكافحة التنمرللاحتياجات الخاصة التي تنتجها الشراكة. تعلم المزيد الموقع: specialneeds.thebullyproject.com

في بعض الأحيان قد لا يدرك الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد أنهم يتعرضون للتنمر. من المهم تعليم طفلك الاختلافات بين السلوك الودي والتنمر وإعلامه بأنه إذا كان سلوك طالب آخر يضر به أو يؤذيه، سواء كان عاطفيًا أو جسديًا، فإنه يتنمر عليه ويحتاج إلى علاج. إذا كنت تشك في أن طفلك قد يتعرض للتنمر في المدرسة، فلا تخشى من إجراء محادثة أمينة معه بطريقة أكثر فاعلية تراها مناسبة بناءً على احتياجاته وسلوكياته. تأكد من إظهار أنه ليس وحده وأنك هنا للمساعدة لوضع حد لها.

قد تكون الخطة التعليمية الفردية الخاصة بطفلك أداة مفيدة في وضع خطة منع التنمر في المدرسة. إذا علمت أن طفلك يتعرض للتنمر, اتصل بموظفي المدرسة على الفور. وثق الحوادث كتابة للحصول على أفضل استجابة.

يوجد خطاب لإبلاغ مدرستك في الموقع: **specialneeds.thebullyproject.com/parents**

وضع المركز الوطني لمنع التنمر التابع لتحالف المدافعين عن حقوق الوالدين من أجل الحقوق التعليمية (PACER) أفضل 10 حقائق عن الوالدين والمربين والطلبة الذين يحتاجون إلى معرفته عن التنمر والمضايقات الخاصة بالدراسات والإحتياجات، ملخصها أدناه:

1. **الحقائق** - الطلاب ذوي الإحتياجات الخاصة هم أكثر عرضة للتعرض للتنمرمن اقرانهم.
2. **تأثير التنمر على قدرة الطالب على التعلم.** عندما يتعرض الطلبة ذوي الإحتياجات الخاصة للتنمر ، فقد يؤثر ذلك بشكل مباشر على تعليمهم.
3. **التعريف** - يمكن اعتبار التنمر القائم على أساس الاحتياجات الطالب تحرشًا.
4. **القوانين الاتحادية** – العديد من الدول تشمل قوانين محلية , الرجاء مراجعة قوانين البلد الذي تقطن به
5. **قوانين الولاية** - يتمتع الطلبة ذوي الإحتياجات بالحقوق القانونية عندما يكونون هدفًا للتنمر. العديد من الدول تشمل قوانين محلية , الرجاء مراجعة قوانين البلد الذي تقطن به
6. **استجابة الكبار أمر مهم.** الوالدان والمعلمون وغيرهم من البالغين هم من أهم المناصرين الذين يناصرون الطالب ذوي الاحتياجات الخاصة.
7. **المصادر** - للطلبة ذوو الإحتياجات الخاصة مصادر مصممة خصيصًا لحالتهم - بما في ذلك برنامج التعليم الفردي المكثف (IEP)
8. **مراقبة الجمهور** - أكثر من 50 في الـ **100** من حالات التنمر تتوقف عندما يتدخل أحد الزملاء.
9. **أهمية الدفاع الذاتي** - يحتاج الطلبة إلى المشاركة في الخطوات المتخذة لمعالجة حالة التنمر
10. **أنت لست وحدك**. عندما يتعرض الطلبة للتنمر غالبًا ما يعتقدون أنهم الوحيدون الذين يحدث لهم هذا، ولا أحد آخر يهتم بهم. في الواقع، ليسوا وحدهم.

خدمات انتقالية

مع دخول طفلك سنوات مراهقته، سوف تبدأ في التفكير في كيفية التعامل مع المستقبل. بعض الأفراد ذوي اضطراب طيف التوحد ينتقلون إلى الكلية، وبعضهم يذهب مباشرة إلى سوق العمل والبعض الآخر لديهم خطط بديلة. بغض النظر عن المسار المختار، فإن وضع خطة مستقبلية بعد المدرسة الثانوية هو الخطوة الأولى في الرحلة إلى مرحلة البلوغ.

إن وضع خطة انتقالية لطفلك سيسمح لك ولعائلتك بالعمل مع المدرسة للتخطيط للحياة بعد التخرج. والتعرف على احتمالات المستقبل بالنسبة لك ولطفلك بشكل مختلف بناءً على مهاراته واهتماماته. ستعمل مع الفريق التعليمي لطفلك لتحديد الأهداف الطويلة والقصيرة المدى. تمكن هذه الأهداف طفلك وعائلتك من تقسيم الخطوات لضمان النجاح في المستقبل. ويساعد التاثير على نقاط قوة طفلك على التخطيط للمستقبل بنجاح.

يقود الانتقال الناجح طفلك ذوي اضطراب طيف التوحد على الطريق إلى حياة راقية تمكنه من التعلم والنمو. يجب أن يحدث هذا النوع من التخطيط عند عمر حوالي 14 سنة. تبدأ الخطة الانتقالية مع الأفراد الذين يقيّمون مهاراتهم واهتمامهم مع أسرهم. هذا سيتيح لهم الوقت والمكان للتامل في أفضل طريقة لصقل مهاراتهم على الامور التي تهمهم وتثيرهم.

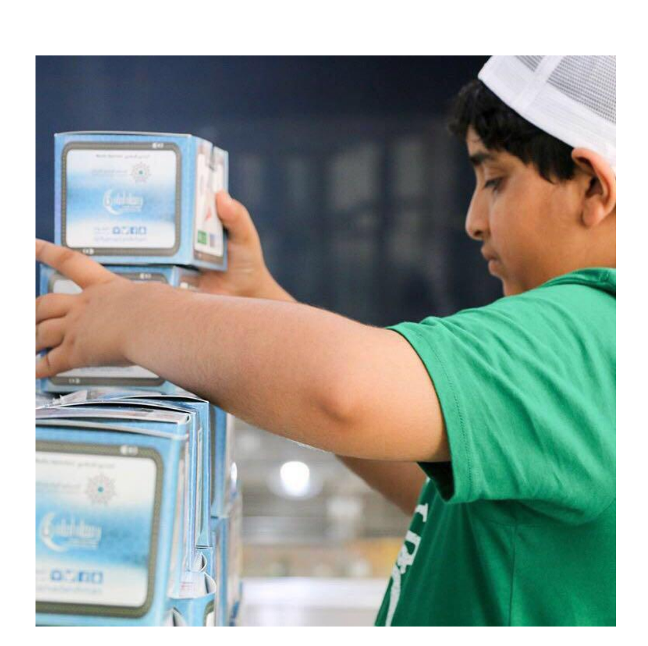


اثنين من مصادر الانتقال المفيدة من مؤسسة **التوحد يتحدث** هما ملف الأدوات الانتقالية وتقييم المهارات القائمة على المجتمع. ملف الأدوات الانتقالية هو دليل لعائلات الأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين 14 و 22 للمساعدة في الطريق إلى مرحلة البلوغ. يهدف "تقييم المهارات القائمة على المجتمع" إلى مساعدة الوالدين والمهنيين على تقييم نقاط قوة طفلك ومهاراته وتحدياته من أجل تطوير خطة انتقال مخصصة شخصية وشاملة بحيث يمكن لطفلك تحقيق أكبر قدر ممكن من النتائج.



يمكن الوصول إلى هذه الأدوات على الموقع:
autismspeaks.org/family-services/tool-kits/transition-tool-kit
autismspeaks.org/csa

قد يقرر بعض الأفراد ذوي اضطراب طيف التوحد الانتقال إلى الكلية كجزء من خطتهم الانتقالية. سيتطلب اتخاذ هذا القرار البحث لمعرفة مؤسسات التعليم العالي التي تقدم أفضل الدعم للأفراد ذوي اضطراب طيف التوحد. وبما أن احتياجات كل فرد فريدة من نوعها، فسيكون من المهم لهؤلاء الشباب أن يروا ما هي نقاط قوتهم ونوع البيئة التي سيزدهرون فيها. وبالنسبة للبالغين الذين يدخلون مباشرة في سوق العمل، سيكون من المهم بالنسبة لهم التركيز على نقاط قوتهم وما يجلب لهم أعظم السعادة. سوف يريدون استكشاف مناطق مختلفة من سوق العمل. قد تساعد بيئات العمل المختلفة الأفراد على التفوق. تعرف على خيارات التعليم ما بعد الثانوي والتوظيف في دليل الفرص التعليمية ما بعد الثانوية ومجموعة أدوات التوظيف لدينا التابعة لمؤسسة **التوحد يتحدث**.



الخاتمة

من المحتمل أن تكون الفترة بعد تشخيص اضطراب طيف التوحد من الفترات الصعبة التي تمرون بها. من المهم أن تتذكروا أنكم لستم وحدكم. وأن آخرون سلكوا هذا الطريق أمامكم. انتم اقوى مما تعتقدون. ستتعلمون كيفية التغلب على التحديات وتلبية احتياجات طفلكم على أفضل وجه حتى يتمكن من العيش بشكل كامل ومستقل في الحياة قدر الإمكان. سوف تبدأوون أيضًا بالتعامل مع العالم بطريقة جديدة؛ قد تتغير أولوياتكم وسوف تلتقون ببعض الأشخاص المدهشين الذين يكرسون جهودهم لمساعدة ذوي اضطراب طيف التوحد حتى النجاح. ضعوا في اعتباركم أن هناك خطوات كبيرة تبذل كل يوم في مجال بحوث اضطراب طيف التوحد، بما في ذلك العديد من الدراسات التي تبحث في المعالجات والتدخلات الجديدة.

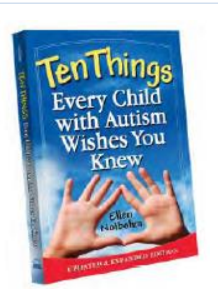
يوجد العديد من المصادر وملفات الأدوات على موقع مؤسسة **التوحد يتحدث** لمساعدتكم على تصفح هذه الرحلة مع طفلك. عدة الـ **100** يوم هو البداية فقط.



مؤسسة التوحد يتحدث
وقت الاستماع.
www.AutismSpeak.org

مؤسسة التوحد يتحدث هي منظمة رائدة في العالم في مجال علوم اضطراب طيف التوحد والدفاع عنه. وهي مخصصة لتمويل البحوث في الأسباب، والوقاية، والمعالجة، والشفاء من اضطراب طيف التوحد؛ وزيادة الوعي عن اضطراب طيف التوحد؛ والدفاع عن احتياجات الأفراد ذوي اضطراب طيف التوحد وعائلاتهم. تأسست "مؤسسة **التوحد يتحدث**" في فبراير 2005 على يد سوزان وبوب رايت، وهما جدا طفل من ذوي اضطراب طيف التوحد. السيد/ رايت هو نائب الرئيس السابق لشركة جنرال إلكتريك والرئيس التنفيذي لشركة إن بي سي وشركة إن بي سي يونيفرسال. منذ إنشاء مؤسسة **التوحد يتحدث**، التزمت بأكثر من 500 مليون دولار في مهمتها، وكان غالبيتها في العلوم والبحوث الطبية. في كل عام تقام فعاليات "Walk Now" لصالح مؤسسة **التوحد يتحدث** في أكثر من 100 مدينة في جميع أنحاء أمريكا الشمالية. وعلى الصعيد العالمي، أنشأت مؤسسة **التوحد يتحدث** شراكات في أكثر من 40 دولة في القارات الخمس لتعزيز البحوث والخدمات والتوعية الدولية.

لمعرفة المزيد حول برنامج مؤسسة التوحد يتحدث، يرجى زيارة الموقع: AutismSpeaks.org



عشرة أشياء يتمنى كل طفل مصاب باضطراب طيف التوحد أن تعرفها

تأليف: إلين نوتبهم

من كتاب عشر أشياء يتمنى كل طفل مصاب باضطراب طيف التوحد أن تعرفها، الطبعة الثانية (2012، مؤسسة فيوتشر هورايزون) أعيد طبعها بالكامل بإذن من المؤلف.

يبدو أن الشيء الوحيد الذي يمكن التنبؤ به في بعض الأيام هو عدم القدرة على التنبؤ. السمة الثابتة الوحيدة - عدم التناسق. قد يكون اضطراب طيف التوحد محيرًا، حتى لأولئك الذين يقضون حياتهم حوله. قد يبدو الطفل الذي يعيش باضطراب طيف التوحد "طبيعيًا" ولكن سلوكه يمكن أن يكون مربكًا وصعبًا بكل ما في الكلمة من معنى. وُصف اضطراب طيف التوحد ذات مرة بأنه "اضطراب غير قابل للشفاء"، ولكن هذه الفكرة قد انهارت أمام المعرفة والفهم والذان يزدادان حتى أثناء قراءة هذا الكتاب. كل يوم، يظهر لنا الأفراد الذين يعانون من اضطراب طيف التوحد أنهم قادرون على التغلب على العديد من الصفات الأكثر تحديًا في اضطراب طيف التوحد والتعويض عنها وإدارتها بأي شكل آخر. إن تزويد الأشخاص حول أطفالنا المصابون باضطراب طيف التوحد بفهم بسيط للعناصر الأساسية المتعلقة باضطراب طيف التوحد له تأثير هائل على قدرتهم على الانتقال إلى مرحلة البلوغ المثمر والمستقل.

اضطراب طيف التوحد هو اضطراب معقد ولكن لأغراض هذه المقالة، يمكننا استخلاص خصائصه التي لا تعد ولا تحصى إلى أربعة مجالات أساسية: تحديات المعالجة الحسية، والتأخر في الكلام / اللغة والإعاقات، ومهارات التفاعل الاجتماعي. ورغم أن هذه العناصر الأربعة قد تكون شائعة لدى العديد من الأطفال، إلا أنها تحافظ على حقيقة أن اضطراب طيف التوحد ما هو إلا اضطراب طيفي: لن يكون هناك طفلان (أو عشرة أو عشرون) مصابون باضطراب طيف التوحد متشابهون. سيكون كل طفل مختلف عن الاخر. وبنفس القدر من الأهمية، سيكون كل والد ومعلم ومقدم رعاية عند نقطة مختلفة على الطيف. سيكون لكل طفل أو شخص بالغ، مجموعة فريدة من الاحتياجات.

فيما يلي عشرة أمور يرغب كل طفل يعاني من اضطراب طيف التوحد أن تعرفها:

1. أنا طفل.

توحدي هو جزء مني أنا، وليس كل من هو توحدي هو أنا. هل أنت مجرد شيء واحد، أم أنك شخص لديه خواطر، ومشاعر، وتفضيلات، وأفكار ومواهب وأحلام؟ هل أنت بدين (تعاني من زيادة الوزن)، أو لديك قصر النظر (ترتدي نظارات) أو أخرق (غير منسق)؟ قد تكون هذه الأشياء التي أراها أولَ مرة عندما أقابلك، لكنك أكثر من ذلك، أليس كذلك؟

كشخص بالغ، تملك السيطرة على كيفية تعريف نفسك. إذا كنت تريد أن تنتقى خاصية واحدة، فيمكنك إيضاح ذلك. كطفل، ما زلت استكشف. لا أنت ولا أنا أعرف حتى الآن ما قد أكون قادرًا عليه. إذا فكرت بي كشيء واحد فقط، فأنت تشغل خطر إقرار توقعات قد تكون منخفضة للغاية. وإذا شعرت أنا أنك لا تعتقد أنني "أستطيع فعل ذلك"، فستكون استجابتي الطبيعية هي، لماذا تحاول؟

2. حواسي غير متزامنة.

هذا يعني أن المشاهد العادية، والأصوات، والروائح، والأذواق، واللمسات التي قد لا تلاحظها قد تكون مؤلمة بالنسبة لي بشكل انهياري. بيئتي غالبًا ما تشعرني بالعدائية. قد أبدو منسحبًا أو محاربًا أو متواضع بالنسبة لك، لكني أحاول فقط الدفاع عن نفسي. هذا هو السبب في أن رحلة بسيطة إلى محل البقالة قد تكون مؤلمة بالنسبة لي.

سمعي قد يكون مفرط الحدة. عشرات من الناس يثرثرون في نفس الوقت. تزعج مكبرات الصوت خصوصية اليوم. تضج الموسيقى من نظام الصوت. التسجيلات صفير



وسعال، وطاحونة القهوة تئز. قطاعة اللحم تصرخ، والأطفال الرضع يبكون، وللعربات صرير، وإضاءات الفلورسنت تهمهم. لا يستطيع دماغي تصفية جميع المدخلات وما لدي فوق احتمالي!

قد يكون حاسة الشم لدي حساسة للغاية. السمك الموجود على طاولة اللحم ليس طازجًا تمامًا، فالرجل الذي يقف بجوارنا لم يغتسل اليوم، وبقالة الأطعمة السريعة توزع عينات من النقانق، والطفل الموجود أمامنا يلبس حفاضات ماصة، وهم يطهرون المخللات في الممر الثالث بالأمونيا. اشعر باني ساتقيأ.

يوجد نقر كثير في عيني! ضوء الفلورسنت غير مشرق جدًا فقط، بل يومض أيضًا. يبدو أن الفضاء يتحرك. النور النابض يرتد من كل شيء ويشوه ما أراه. يوجد الكثير من العناصر بالنسبة لي استطيع التركيز فيها (قد ينشغل ذهني برؤية النفق)، والمراوح الحوامة في السقف، والعديد من الأجسام في حركة مستمرة. يؤثر كل ذلك على شعوري بمجرد الوقوف هناك، والآن لا أستطيع حتى أن أخبركم عن مكان وجود جسدي في الفضاء.

3. ميز بين لا اريد (اخترت أن لا) ولا أستطيع (لا أقدر على).

الأمر لا يعني أنني لا أستمع إلى التعليمات. الأمر أنني لا أستطيع فهمك. عندما تناديني من الغرفة، أسمع "* & ^% $ # @، جوردان. # $% ^ * & ^% $ & *. "بدلًا من ذلك، تعال إلي، وسترى انتباهي، وتحدث بعبارات واضحة:" جوردان، ضع كتابك في مكتبك. حان الوقت لتناول الغداء". هذا يخبرني بما تريدني أن أفعله وما سيحدث بعد ذلك. الآن أصبح الأمر أسهل بكثير بالنسبة لي.

4. أنا مفكّر صلد. أنا أفسر اللغة حرفيًا.

تربكني بالقول، "أمسك خيولك، يا راعي البقر!" عندما تعني "توقف عن الجري". لا تخبرني أن شيئًا ما هو إلا "قطعة من الكعكة" عندما لا تكون هناك حلوى في المكان وما تقصده هو، " سيكون ذلك سهلًا عليك أن تفعله." عندما تقول، "إنها تسكب قططًا وكلابًا"، أرى حيواناتٍ أليفة تخرج من رامي البيسبول. بل قل لي، "إنها تمطر بقوة."

لقد فقدت التعبيرات الاصطلاحية، والفروق الدقيقة، والاستدلالات، والاستعارات، والتلميحات، والسخرية.

5. استمع إلى جميع الطرق التي أحاول التواصل بها.

من الصعب أن أخبرك بما أحتاجه عندما لا يكون لدي طريقة لوصف مشاعري. قد أكون جائعًا أو محبطًا أو خائفًا أو مرتبكًا ولكني لا أستطيع حاليًا العثور على هذه الكلمات الآن. انتبه للغة الجسد، أو الانسحاب، أو الاهتياج أو أي علامات أخرى تخبرك بشيء ما خاطئًا. انهم هناك.

أو قد تسمعني معوضًا عن عدم امتلاك كل الكلمات التي أحتاجها بالأصوات مثل أستاذ صغير أو نجم سينمائي، أجلجل بالكلمات أو النصوص الكاملة إلى أبعد من عمري النمائي. لقد حفظت هذه الرسائل من العالم من حولي لأنني أعرف أنني أتوقع أن أتحدث عند التحدث إلي. قد آخذها من الكتب، أو التلفزيون، أو خطاب أشخاص آخرين. يسموه الكبار لفظ صدوي (echolalia). قد لا أفهم السياق أو المصطلحات التي أستخدمها. أنا أعرف فقط أنها تخرجني من ورطة الرد.

6. ضع ذلك في صورة! أنا بصري المنحى.

أرني كيف أفعل شيئًا بدلًا من إخباري فقط. وكن على استعداد لتريني عدة مرات. تساعدني خبرتي في الصبر الكثير على التعلم.

يساعدني الدعم البصري على الحركة خلال يومي. فهو يخفف عني إجهاد حاجتي إلى تذكر ما يأتي بعد ذلك، والانتقال السلس بين الأنشطة، ومساعدتي في إدارة وقتي وتلبية توقعاتك.

أحتاج أن أرى شيئًا لأتعلمه، لأن الكلمات المنطوقة مثل البخار بالنسبة لي؛ فهي تتبخر في لحظة، قبل أن تسنح لي فرصة فهمها. ليس لدي مهارات معالجة فورية. يمكن أن تبقى التعليمات والمعلومات المعروضة عليّ بصريًا أمامي طالما احتجت إلى ذلك، وستكون هي نفسها عندما أعود إليها في وقت لاحق. بدون ذلك، أعيش بإحباط دائم من معرفة أنني أفقد الكثير من المعلومات والتوقعات، وأنا عاجز أن أفعل أي شيء حيال ذلك.

7. ركز على ما يمكنني فعله بدلًا من التركيز على ما لا يمكنني فعله.



مثل أي شخص، لا أستطيع أن أتعلم في بيئة أشعر فيها بشكل مستمر أنني غير جيد بما يكفي وأحتاج إلى الإصلاح. أتجنب محاولة أي شيء جديد عندما أكون متأكدًا أن كل ما سأتعرض له هو النقد، بغض النظر عن مدى "البنائية" الذي تعتقد أنك تتبعها. ابحث عن نقاط قوتي وستجدها. يوجد أكثر من طريقة صحيحة للقيام بمعظم الأشياء.

8. ساعدني على التعامل مع التفاعلات الاجتماعية.

قد يبدو الأمر كما لو أنني لا أريد اللعب مع الأطفال الآخرين في الملعب، ولكن قد لا أعرف ببساطة كيف أبدأ محادثة أو أنضم إلى لعبهم. علمني كيف ألعب مع الآخرين. شجّع الأطفال الآخرين على دعوتي للعب. قد أكون سعيدًا لانضمامي.

أنا أبذل جهدي في أنشطة اللعب المنظمة التي لها بداية ونهاية واضحتان. لا أعرف كيف أقرأ تعبيرات الوجه أو لغة الجسد أو عواطف الآخرين. دربني. إذا ضحكت عندما سقطت إيميلي من المنزلق، فهذا لا يعني أنني أعتقد أنه أمر مضحك. هذا أنا لا أعرف ماذا أقول. تحدث معي عن مشاعر إيميلي وعلمني أن أسأل: "هل أنت بخير؟"

9. حدد ما الذي يحفز انهياراتي.

الانهيارات ونوبات العدوان أكثر فظاعة بالنسبة لي مما هي بالنسبة لك. إنها تحدث لأن واحدًا أو أكثر من حواسي قد انتقل إلى حالة الحمل الزائد، أو لأنني تجاوزت حدود قدراتي الاجتماعية. إذا استطعت تصور سبب حدوث الانهيارات، فيمكن منعها. احتفظ بسجل لتسجيل تلك الأوقات، والأماكن، والأشخاص، والأنشطة. قد يظهر نمطٌ ما.

تذكر أن كل ما أقوم به هو شكل من أشكال التواصل. فهذا يخبرك، عندما لا تستطيع كلماتي ذلك، كيف أتفاعل مع ما يحدث حولي. قد يكون لسلوكى سبب طبيعي. قد تؤثر كافة الحساسية الغذائية والحساسية ومشاكل النوم ومشاكل الجهاز المعدي المعوي على تصرفاتي. ابحث عن العلامات، لأنني قد لا أستطيع إخبارك عن هذه الأشياء

10. أحبني دون قيد أو شرط.

تخلص من الخواطر مثل "إذا كنت مجرد ـ" و "لماذا لا يمكنك ـ؟" لم تحقق كل توقع من التوقعات التي لدى والديك عنك ولا ترغب في تذكيرك بها باستمرار. لم أختار أن أُصاب باضطراب طيف التوحد. تذكر أن ذلك يحدث لي وليس أنت. وبدون دعمك، فإن فرصي في أن أكون ناجحًا ومستقلًا ضئيلة. مع دعمك وتوجيهك، فإن الاحتمالات أوسع مما تظن. ثلاث كلمات نحن بحاجة إليها للعيش: الصبر. الصبر. الصبر

انظر إلى اضطراب طيف التوحد الذي لدي كقدرة مختلفة بدلًا من الاحتياجات. انظر متجاوزًا إلى ما قد تراه كقيود وانظر إلى نقاط قوتي. قد لا أكون جيدًا في التواصل بالعين أو المحادثة، لكن هل لاحظت أنني لا أكذب، أو أغش في المباريات، أو أوزع الأحكام على الآخرين؟

أنا أعتمد عليك. كل ما قد أكون لن يحدث بدونك كأساس لي. كن مناصري، وكن دليلي، وأحبني كما أنا عليه، وسنرى إلى أي منطلق اصله.



أنارت كتابات ومقالات إلين نوتبوهيم، هي كاتبة حائزة على جوائز الكتاب كما انها أمّ لأبناء مصابين باضْطِرابُ نَقْصِ الانْتِباهِ مَعَ فَرْطِ النَّشَاط، طريق الملايين في أكثر من تسعة عشر لغة وأسعدتهم. فازت أعمالها بالميدالية الفضية في جوائز كتاب الناشرين المستقلين، وكتاب الصدارة للعام الشرفي، وتأهلت لنهائيتين، وجائزة اختيار الام الذهبية، وجائزة اختيار المعلم لمجلة التعلم، وجائزتين من جوائز آي بارنتنغ ميديا (iParenting Media)، وتأهلت لنهائي جائزة إيريك هوفر للكتاب. وهي مساهمة في العديد من المنشورات ومحاضرات غرف الصف، والمؤتمرات والمواقع الإلكترونية في جميع أنحاء العالم.

www.ellennotbohm.com

خطة أسبوعية للأيام الـ 100 المقبلة

التنظيم

أول ما عليك القيام به هو تنظيم نفسك. ستجد نفسك قد جمعت العديد من المستندات المتعلقة بطفلك، وباضطراب طيف التوحد بشكل عام، والتي يعد تنظيمها جزءًا مهما من إدارة رعاية طفلك. ستجد الأمور قد تسهلت مع مرور الوقت وذلك عند قيامك باعداد نظام بسيط فقط.

إبدأ الآن !

المجلدات

يجد الكثير من الوالدين أن المجلدات هي أداة رائعة لحفظ عدد كبير من الأعمال الورقية.

جهات الاتصال

قسم لمقدمي الخدمات والرعاية وغيرهم

الجداول

قسم لمواعيد العلاج؛ الأوقات، تاريخ بدء البرامج وانتهائها والمواعيد النهائية.

التشخيص

قسم للمستندات الطبية وأي وصفات طبية

العلاج

قسم علاج النطق واللغة، العلاج الوظيفي ، و المعالجة بالدمج الحسي (SI)، وما إلى ذلك (قد يكون من الضروري وجود أقسام متعددة أو فرعية)

الخطة التعليمية الفردية (IEP)

قسم خاص ببرنامج التعليم الفردي لطفلك والوثائق ذات الصلة

استخدام مخططك الأسبوعي

سوف يختلف الإطار الزمني وعناصر الإجراءات حسب أعراض طفلك، وعمره، ومكان إقامتك وما أنجزته بالفعل. حتى إذا أنجزت هذا الأمر، فقد يستغرق الأمر بعض الوقت حتى تتمكن من الوصول إلى تقييمات إضافية والخدمات التي يحتاجها طفلك.



الأسبوع 1

التقييم الشامل

إذا لم يكن طفلك قد انتهى من الفحوصات بشكل كامل، قم بجدولة بقية التقييمات الضرورية (انظر الحصول على الخدمات أدناه).

الحصول على الخدمات

اتصل لبدء عملية الحصول على الخدمات. قد يكون ذلك عملية طويلة وتستغرق وقتًا طويلًا، ولكنها قد تكون مفيدة في تحديد الخدمات المطلوبة بشكل أكبر.

احتفظ بسجل الهاتف

جرب تخصيص بعض الوقت كل يوم لإجراء المكالمات الهاتفية اللازمة لإعداد التقييمات وبدء عملية الحصول على الخدمات. قد تكون هناك قائمة انتظار للخدمات والتقييمات، لذلك جعل المكالمات في أقرب وقت ممكن ومتابعة ما هو مطلوب - ولا تتردد في وضع اسمك على قوائم متعددة بحيث يمكنك الحصول على أقرب موعد ممكن. قد يستغرق بعض المهنيين الذين يقدمون خدمات من خلال برنامج التدخل المبكر أو التربية الخاصة عددًا محددًا من الأيام لاستكمال التقييمات أو بدء الخدمات.

بدء تسجيل فيديو

حاول تجربة مجموعة متنوعة من الأماكن وإظهار مجموعة السلوكيات. لاحظ السلوك الجيد وغير الجيد بحيث يمكنك في المستقبل التعرف على موقع طفلك في ذلك الوقت. قم بعمل تسجيل جديد كل ثلاثة أشهر في المنزل، في جلسات المعالجة، أينما كنت. يمكن استخدام "لقطات" الفيديو هذه لتتبع تقدم طفلك ومساعدته في توضيح التأثير الذي قد يكون لهذا المعالجة المعينة أو التدخل الخاص. ضع ملصق على الأشرطة أو الأقراص مع اسم طفلك والتواريخ التي تم تسجيلها فيها.

الأسبوع 2

الحصول على الدعم

ابحث عن مجموعة دعم أو موجه رئيسي.

الحصول على الخدمات (المتابعة)

متابعة الخدمات. استمر في التحقق عن الحالة في قوائم الانتظار والبرامج المتاحة.

خيارات المعالجة البحثية

ابدأ بقراءة المواد وانضم إلى المجموعات عبر الإنترنت واطرح أسئلة تساعدك على فهم خيارات المعالجة المتاحة وما قد يكون مناسبًا لطفلك وعائلتك.



الأسبوع 3

الحصول على الخدمات

(استمرار المتابعة)

متابعة الخدمات

واصل التحقق من الحالة في قوائم الانتظار والبرامج المتاحة. استمر في استخدام سجل هاتفك لتسجيل التواريخ التي اتصلت بها من مقدمي الخدمة والتتبع عندما تحتاج لإجراء مكالمة أخرى.

ابحث عن أنشطة مابعد المدرسة

أنشطة الترفيه / مجموعات المهارات الاجتماعية ما بعد المدرسة هي طريقة رائعة لطفلك للتفاعل مع الآخرين والعمل على قدراته الاجتماعية والتواصلية، أثناء استمتاعه أيضًا.

اقض وقتا مع أشقائه

يتأثر أشقاء الأطفال المصابين باضطراب طيف التوحد بالاضطراب أيضًا. فكر في قضاء الوقت في الحديث معهم عن مشاعرهم. ابدأ "جلسة سمر" معًا عن الذكريات السعيدة. قد يساعد الحديث عن هذه الأوقات على تذكر أن حياتهم تشمل الكثير من السعادة أكثر مما بها من اضطراب طيف التوحد.

الأسبوع 4

ابن فريقك

في هذا الوقت، ربما يتشكل فريق طفلك من المُعالجين والمربين ومقدمي الرعاية. استمر في البحث عن مقدمي الخدمات وراقب أكبر عدد ممكن من جلسات المعالجة لتحديد المنضمين الجدد لفريق طفلك. تحدث إلى الوالدين الآخرين الذين قد يعرفون المُعالجين في الوقت المتاح لطفلك. لا يتعين عليك الانتظار حتى ينضم كل عضو في الفريق قبل بدء المعالجة

إنشاء خطة أمان

قد تكون قد اضطررت بالفعل إلى تكييف منزلك بسبب سلوكيات طفلك أو احتياجاته. ربما تكون قد قرأت بالفعل قسم في هذا الملف يسمى إنشاء خطة أمان. إذا لم يكن الأمر كذلك، فقم باقتطاع بعض الوقت لفحص منزلك بحثًا عن المشاكل المحتملة والبدء في الاتصال بأفراد السلامة المحليين للتخطيط للمستقبل لضمان سلامة طفلك.

تواصل مع طفلك

اجلس مع طفلك وتواصل معه حول أفضل ما يمكنك عمله. تواصل حول كيفية سير المعالجة، وما يحدث في المدرسة، وأنواع الدعم التي يتلقاها، إلخ. العديد من الأطفال المصابين باضطراب طيف التوحد لا يشاركون على الأرجح ما يحدث في المدرسة، خاصة فيما يتعلق بالتسلط. تأكد أن وجود حوارٍ مفتوحٍ متسقٍ مع طفلك للتأكد أنه يفهم أنواع السلوكيات من الأقران وكذلك المحترفين أو ما هو غير مناسبٍ. إنشاء هذا التواصل المفتوح مبكرًا سيحدث فرقًا كبيرًا.

ضع خطة لقضاء بعض الوقت بعيدًا

ضع خطة لقضاء بعض الوقت بعيدًا عن طفلك. سوف تقوم بعمل أفضل لمساعدة عائلتك إذا كنت تعتني بنفسك. حتى لو كان مجرد السير على الأقدام بمفردك، فستحتاج إلى استراحة حتى يمكنك العودة برأس خال.

الأسبوع 5

بناء فريقك

انظر الأسبوع 4.

راجع التأمين الذي تشترك به

تحقيق من الشمول التأميني لك لمعرفة ما إذا كان يتم شمول أي معالجات والتأكد من أنك تحصل على أكثر ما لدى المزود. قد يشمل التأمين الصحي المشترك به المعالجات أو الخدمات التي لا يشملها برنامج التعليم الفردي الخاص بطفلك. قد تحتاج إلى إنشاء مجلد منفصل لتتبع مطالبات التأمين. وثق كل شيء.

تعرف على حقوق طفلك القانونية

اطلع على حقوق طفلك. توجد ثروة من المعلومات المتاحة. قد تكتشف أن طفلك يحق له الحصول على خدمات لم تكن على علم بها أو لم تضعها في الاعتبار.

افعل شيئًا من أجلك

لقد قمت بعمل ذلك أثناء شهر، وربما كان ذلك من أكثر الشهور تحديًا في حياتك. تذكر أن تعتني بنفسك. تذكر من كنت قبل التشخيص. قم بقضاء بعض الوقت في النشاط الذي تستمتع به. ستجد أنه يساعدك على مواجهة التحديات المقبلة. ربما يوجد أصدقاء وأسرة في حياتك ممن يحبون أن يساعدوك، لكن قد لا يعرفون ما تحتاجه. لا تخشى طلب المساعدة.

الأسبوع 6

استمر في بناء فريقك

لمتابعة الخدمات استمر في التحقق من حالة قوائم الانتظار والبرامج المتاحة. استمر في استخدام سجل هاتفك لتسجيل التواريخ التي اتصلت بها مع مقدمي الخدمة والتتبع عندما تريد إجراء مكالمة أخرى.

نظرة على برامج ما بعد المدرسة

تعد أنشطة الترفيه / مجموعات المهارات الاجتماعية ما بعد المدرسة هي طريقة رائعة لطفلك للتفاعل مع الآخرين والعمل على قدراته الاجتماعية والتواصلية، أثناء استمتاعه أيضًا

اقتطع وقتًا للاشقاء

يتأثر أشقاء الأطفال المصابين باضطراب طيف التوحد بالاضطراب أيضًا. فكر في قضاء الوقت في الحديث معهم عن مشاعرهم. ابدأ "جلسة عائلية" معًا عن الذكريات السعيدة. قد يساعد الحديث عن هذه الأوقات على تذكر أن حياتهم تشمل الكثير من السعادة أكثر مما بها من اضطراب طيف التوحد.

الأسبوع 7

كن كفوًا في طرق التدخل التي اخترتها لطفلك

استفد من تدريب الوالدين. يقوم المعالجون في الغالب بتزويدهم بتدريب الوالدين الذي سيساعد في استحضار الأساليب المستخدمة في المعالجة إلى منزلك ومساعدة طفلك على التقدم.

أنشئ جدول

يساعدك وجود جدول أسبوعي مكتوب لمعالجة طفلك في معرفة ما إذا كنت قد جدولت وقتك أيضًا. وسوف يساعدك أيضًا في التخطيط للأعضاء الآخرين في منزلك.

واصل التعلم حول المعالجات والخدمات

استشر موقع مؤسسة **التوحد يتحدث** عن جهات الاتصال في منطقتك

اقض بعض الوقت في تنظيم أوراقك

نظم أي أوراق متراكمة لديك. حاول التخلص من أي مواد لا تحتاج إليها.

الأسبوع 8

تحقق من تقدمك

انظر مرة أخرى إلى قائمة عناصر الإجراءات هذه. هل يوجد أي شيء بدأته يحتاج إلى متابعة؟

ابحث عن الأنشطة الترفيهية لطفلك

أضف نشاطًا ترفيهيًا، مثل الجمباز أو السباحة، لتوسيع نطاق نماء طفلك

ضع خطة اتصال مع الأصدقاء والأسرة

كن على اتصال. وقم بإجراء اتصالات مع أصدقائك وعائلتك وشارك في الأحداث المجتمعية. إن الحفاظ على حياتك الاجتماعية سيساعدك على الحماية ضد مشاعر العزلة.

قضاء بعض الوقت مع شريك الحياة

ضع خطة الاسترخاء والمرح مع شريك حياتك. بعد كل شيء، لقد قمت بها للتو أثناء الشهر الثاني.



الأسبوع 9

استكمل فريقك

واصل تقييم مقدمي الخدمة والمُعالجين

استخدم الإنترنت

احصل على معلومات إلكترونية. اقض بعض الوقت في البحث عن المصادر عبر الإنترنت التي ستبقيك على اطلاع دائم بآخر المستجدات. أضف مواقع مفيدة إلى مواقعك المفضلة، وسجل في النشرات الإخبارية الإلكترونية وانضم إلى قائمة الخدمات حيث يشارك الوالدين والمهنيين المعلومات.

استمر في التواصل مع الوالدين الآخرين

حافظ على نشاطك مع مجموعة دعم أو، إن أمكن، قم بالتواصل الاجتماعي مع الوالدين الآخرين للأطفال المصابين باضطراب طيف التوحد. إن التواجد حول أشخاص بالغين آخرين ممن يفهمون ما تمضيه عائلتك سيساعدك على الحفاظ على قوتك.

سجل جلسات طفلك

استمر في مراقبة المعالجة. يجب أن يعتاد طفلك على روتين المعالجة في هذه المرحلة

الأسبوع 10

حدد موعدًا لاجتماع الفريق

إنه موعد اجتماع الفريق مرة أخرى. حدد موعدًا لاجتماع لمناقشة التقدم والاستراتيجيات. استمر في مشاركة فريقك من خلال الاستمرار في حضور أكبر عدد ممكن من الجلسات

احشد الفريق

شجّع فريقك. دعهم يعرفون أنك تقدر كل ما يفعلونه لطفلك

ضع خطة النزهات العائلية

في نزهة عائلية. حدد جدولًا زمنيًا يهدف إلى تضمين طفلك المصاب باضطراب طيف التوحد والاستفادة من الاستراتيجيات التي اخترتها من المعالجة. اطلب من طبيب طفلك أن يساعدك في استراتيجيات محددة لتحقيق النجاح في النزهة.

صقل معرفتك القانونية

استمر في التعرّف على الحقوق القانونية لطفلك.



الأسبوع 11

تحقق من تقدم طفلك

ابحث عن التقدم.. راجع مجلدك ومقاطع الفيديو لمعرفة ما إذا كنت تلاحظ وجود تحسينات. استمر في حضور الجلسات أيضًا. دون الملاحظات التي تراها. احتفظ بنسخة في مجلدك وأحضرها إلى اجتماع فريقك التالي.

التعمق في خيارات المعالجة

خصص بعض الوقت لإجراء بعض البحوث والقراءة حول المعالجات والعلاجات الإضافية. دون الملاحظات وانسخ المعلومات المفيدة لتضمينها في مجلدك.

الأسبوع 12

إعادة التواصل مع القرين

خذ وقتًا منفردًا للاستمتاع ببعضهم البعض. إذا كان التواصل صعبًا، فجرّب جدولة الوقت مع أحد المستشارين للحفاظ على علاقتك صحية.

استمر في التواصل مع الوالدين الآخرين

استمر في حضور مجموعات الدعم. الوالدين هم مصادر مذهلة وسوف يساعدونك على توفير الدعم العاطفي والعملي. ابحث عن مجموعات إضافية في منطقتك إذا لم تشعر أنك عثرت على مجموعتك المناسبة.

اشترك للحصول على مزيد من التدريب

سيساعد استخدام الطرق التي تتعلمها من مُعالجي طفلك على خلق بيئة منتجة في المنزل حتى يحصل طفلك على أفضل فرصة للوصول على أهدافه.

الأسبوع 13

اعقد اجتماع فريق

تحقق من التقدم مرة أخرى. يجب أن تستمر في رؤية التقدم بعد ستة أسابيع على الأقل من المعالجة المتسقة. إذا كان هناك تقدم ضئيل أو عدم وجوده، اتصل لعمل اجتماع فريق آخر لتبادل الأفكار وإجراء التعديلات على روتين طفلك.

واصل التعلم

استمر في التعلم عن اضطراب طيف التوحد. الكتب والندوات والأفلام والمواقع الإلكترونية - يمكن لجميع أنواع المصادر أن تساعدك على تعميق فهمك حول اضطراب طيف التوحد وطفلك. انظر قائمة القراءة المقترحة في هذا الملف لاستلهام الأفكار.

افعل شيئًا لك

استمتع ببعض الوقت "النفسي". افعل شيئًا لطيفًا لنفسك - لقد حققت ذلك خلال الـ **100** يوم



استمارات مفيدة

مقارنة طرق المعالجة ومقدمي المعالجة

مقتبس من: هل يعاني طفلي من اضطراب طيف التوحد؟ تاليف: ويندي ل ستون، دكتوراه الفلسفة مع تيريزا فوي ديجيرونيمو

حول البرنامج

اسم البرنامج / مقدم الخدمة	
الطريقة	
الموقع	
رقم الهاتف	
البريد الإلكتروني	
عدد الساعات أسبوعيًا	
التكلفة	
السداد	
توصية من	

محتوى البرنامج

ما هي المجالات النمائية الواجب التركيز عليها؟ (اللغة، التواصل، اللعب مع الأقران، التفاعلات الاجتماعية، السلوك، مهارات ما قبل المرحلة الأكاديمية، تدريب الوالدين، إلخ.)	
ما مدى دقة الأهداف المحددة لكل طفل؟	
كيف تُحدد أولويات السلوكيات والمهارات؟	
ما هو نوع التدريس المستخدم؟	
كيف تدار السلوكيات؟	

قياس التقدم

كيف يمكنني معرفة ما إذا كان طفلي يحرز تقدمًا؟	
كم من الوقت يمر قبل أن أرى التغييرات؟	
ما هي أنواع التحسينات التي يجب أن أتوقعها؟	
كم مرة ستقيم التقدم وكيف يُقاس؟	

ماذا سيحدث إذا لم يحرز طفلي تقدمًا في هذا المعالجة؟	

مؤهلات المَعالج

كم عدد الأطفال المصابين باضطراب طيف التوحد الذين تعاملت معهم؟ ما هي اعمارهم؟	
هل ساعدت الأطفال فوق سن الثالثة؟	
ما هي مؤهلاتك؟ ما نوع التدريب الذي حصلت عليه؟	
هل لديك درجة مهنية أو شهادة؟ (اسأل عن التفاصيل.)	
هل أنت منتسب إلى مؤسسة مهنية؟ (اسأل عن التفاصيل.)	
ما الذي تراه كأقوى مهارة في العمل مع الأطفال المصابين باضطراب طيف التوحد؟	
هل توجد مسائل أو مشاكل تعتبرها خارج نطاق خبرتك؟	

الدليل العلمي على الفعالية

هل توجد بحوث لدعم فعالية هذا النوع من المعالجة؟ (اسأل عن التفاصيل وكذلك نسخ من المقالات المنشورة).	
هل أظهرت البحوث أن هذه المعالجة أفضل من أنواع المعالجة الأخرى؟	

المشاركة المهنية

من سيقدم التدخل المباشر مع طفلي؟	
ما نوع التدريب الذي لديه / لديها؟	
من سيشرف عليه وكيف؟	
كم مرة سترى طفلي شخصيًا؟	



الوكالة وجهات الاتصال	رقم الهاتف	تاريخ الاتصال	الخدمة المطلوبة	الرقم المطلوب للجلسة ومدتها	التوافر	الحالة	المتابعة	معلومات أخرى

مشاركة الوالدين

هل سأتمكن من المشاركة في المعالجة؟	
هل ستعلمني كيف اتعامل مع طفلي؟ وكيف؟	
ما هي المهارات التي ستعلمني إياها؟ (اسأل عن أمثلة).	

التوافق مع المعالجات الأخرى

كم عدد ساعات الأسبوع التي يحتاجها طفلي في معالجتك؟	
هل تتوافق معالجتك مع التدخلات الأخرى التي يشارك فيها طفلي؟	
كيف تتعاون مع مقدمي المعالجة الآخرين في فريق طفلي؟ (احصل على أمثلة).	

Al Jalila Children's Specialty Hospital
الجليلة للأطفال المستشفى التخصصي

جهات الاتصال: الطبي

التخصص	
اسم جهة الاتصال	
اسم الممارسة	
رقم الهاتف	
العنوان	
البريد الإلكتروني / موقع الشبكة	

التخصص	
اسم جهة الاتصال	
اسم الممارسة	
رقم الهاتف	
العنوان	
البريد الإلكتروني / موقع الشبكة	

التخصص	
اسم جهة الاتصال	
اسم الممارسة	
رقم الهاتف	
العنوان	
البريد الإلكتروني / موقع الشبكة	

التخصص	
اسم جهة الاتصال	
اسم الممارسة	
رقم الهاتف	
العنوان	
البريد الإلكتروني / موقع الشبكة	

التخصص	
اسم جهة الاتصال	
اسم الممارسة	
رقم الهاتف	
العنوان	
البريد الإلكتروني / موقع الشبكة	

التخصص	
اسم جهة الاتصال	
اسم الممارسة	
رقم الهاتف	
العنوان	
البريد الإلكتروني / موقع الشبكة	

جهات الاتصال: المعالجة

التخصص	
اسم جهة الاتصال	
اسم الممارسة	
رقم الهاتف	
العنوان	
البريد الإلكتروني / موقع الشبكة	

التخصص	
اسم جهة الاتصال	
اسم الممارسة	
رقم الهاتف	
العنوان	
البريد الإلكتروني / موقع الشبكة	

التخصص	
اسم جهة الاتصال	
اسم الممارسة	
رقم الهاتف	
العنوان	
البريد الإلكتروني / موقع الشبكة	

التخصص	
اسم جهة الاتصال	
اسم الممارسة	
رقم الهاتف	
العنوان	
البريد الإلكتروني / موقع الشبكة	

التخصص	
اسم جهة الاتصال	
اسم الممارسة	
رقم الهاتف	
العنوان	
البريد الإلكتروني / موقع الشبكة	

التخصص	
اسم جهة الاتصال	
اسم الممارسة	
رقم الهاتف	
العنوان	
البريد الإلكتروني / موقع الشبكة	



جهات الاتصال: الدعم

التخصص	
اسم جهة الاتصال	
اسم الممارسة	
رقم الهاتف	
العنوان	
البريد الإلكتروني / موقع الشبكة	

التخصص	
اسم جهة الاتصال	
اسم الممارسة	
رقم الهاتف	
العنوان	
البريد الإلكتروني / موقع الشبكة	

التخصص	
اسم جهة الاتصال	
اسم الممارسة	
رقم الهاتف	
العنوان	
البريد الإلكتروني / موقع الشبكة	

التخصص	
اسم جهة الاتصال	
اسم الممارسة	
رقم الهاتف	
العنوان	
البريد الإلكتروني / موقع الشبكة	

التخصص	
اسم جهة الاتصال	
اسم الممارسة	
رقم الهاتف	
العنوان	
البريد الإلكتروني / موقع الشبكة	

التخصص	
اسم جهة الاتصال	
اسم الممارسة	
رقم الهاتف	
العنوان	
البريد الإلكتروني / موقع الشبكة	



سجل الهاتف

اسم جهة الاتصال: ____

رقم الهاتف: ____

التاريخ / الوقت	
ملخص المكالمة	
المتابعة المطلوبة	

التاريخ / الوقت	
ملخص المكالمة	
المتابعة المطلوبة	

التاريخ / الوقت	
ملخص المكالمة	
المتابعة المطلوبة	

التاريخ / الوقت	
ملخص المكالمة	
المتابعة المطلوبة	

التاريخ / الوقت	
ملخص المكالمة	
المتابعة المطلوبة	

سجل الهاتف

اسم جهة الاتصال: ________________________________

رقم الهاتف: ________________________________

التاريخ / الوقت	
ملخص المكالمة	
المتابعة المطلوبة	

التاريخ / الوقت	
ملخص المكالمة	
المتابعة المطلوبة	

التاريخ / الوقت	
ملخص المكالمة	
المتابعة المطلوبة	

التاريخ / الوقت	
ملخص المكالمة	
المتابعة المطلوبة	

التاريخ / الوقت	
ملخص المكالمة	
المتابعة المطلوبة	



سجل الهاتف

اسم جهة الاتصال: ________________________________

رقم الهاتف: ________________________________

التاريخ / الوقت	
ملخص المكالمة	
المتابعة المطلوبة	

التاريخ / الوقت	
ملخص المكالمة	
المتابعة المطلوبة	

التاريخ / الوقت	
ملخص المكالمة	
المتابعة المطلوبة	

التاريخ / الوقت	
ملخص المكالمة	
المتابعة المطلوبة	

التاريخ / الوقت	
ملخص المكالمة	
المتابعة المطلوبة	



تتبع التقييم **نوع المعالجة: ________________**

التاريخ	الاختبار الجاري	المقيِّم	النتيجة القياسية	المكافئ العمري	التغيير في النتيجة القياسية	التغيير في المكافئ العمري

تتبع التقييم **نوع المعالجة: ________________**

التاريخ	الاختبار الجاري	المقيِّم	النتيجة القياسية	المكافئ العمري	التغيير في النتيجة القياسية	التغيير في المكافئ العمري

عينة خطاب تبليغ عن التنمر

(الرجاء مراجعة قوانين الدولة التي تقطن بها)

عنوان الشارع
المدينة،

التاريخ

اسم مدير المدرسة
اسم المدرسة
عنوان شارع المدرسة
رد بشان: اسم الطفل الأول والاسم الأخير

عزيزي (اسم مدير المدرسة)،

مقدمه والد الطفل (الطفلة) المدعو (المدعوة) *الاسم الأول للطفل* في (مستوى الصف) في (اسم المدرسة). تعرض (تعرضت) المذكور في المدرسة، للتنمروالمضايقة من المدعو (اسم المتحرش (أسماء المتحرشين)). حدث هذا بتاريخ (التاريخ أو الفترة الزمنية التقريبية) عندما (صف أكبر عدد من تفاصيل الحادث (الحوادث) حسب ذكرها). عندما حدث ذلك، سمعه) أو رآه (اذكر اسم الشهود وكان (رد فعله / فعلهم). نما إلى علمنا هذا الحادث عندما (اشرح كيف تم إخطارك).

تأذى طفلي (الاسم الأول للطفل) من هذا التنمر والمضايقة. ووصف (وصفت) (الإصابات البدنية والمعاناة العاطفية وأي معالجة طبي أو نفسية مطلوبة). كما تعلم على الأرجح، فإن طفلي المدعو (الاسم الأول للطفل) لديه خطة تعليمية فردية (IEP).

نشكرك على اهتمامك العاجل بهذه المشكلة الخطيرة.

مع خالص التقدير،

(وقع هنا)

اسمك:

نسخة مكررة: اسم مدير التربية الخاصة

اسم المشرف على المدارس



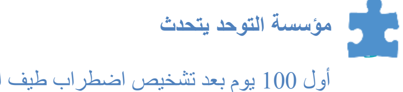
تتبع الأهداف: أهداف الخطة التعليمية الفردية

التاريخ	التعليقات	الأهداف المتقنة	الأهداف في سبيلها للتحسن	الأهداف التي بدأت	الأهداف التي لم تبدأ بعد

سجل السلامة

في الجدول أدناه، سجل أي حوادث تجوال أو محاولات لها أو تفاعلات معها تعرض طفلك للخطر. تتبع ما يجري قبل وأثناء وبعد وقوع الحادث لمحاولة معرفة السوابق والمحفزات وأساليب الوقاية الممكنة وتحديدها. اطلب من الفريق السلوكي لطفلك والمعلمين وغيرهم من مقدمي الرعاية إكمال السجل حسب الحاجة.

الموقع	الوصف	المحفزات المحتملة	التغيرات الملاحظة	الخطوات التالية المقترحة





استمارة تنبيه فرار لحالة توحد

صورة

(الرجاء مراجعة قوانين الدولة التي تقطن بها)

جزء 1

معلومات شخصية محددة خاصة للمستجيبين الأوائل

اسم الفرد: ____________________
(الأول) (الأوسط) (الأخير)

العنوان: ____________________
(الشارع) (المدينة) (الرمز البريدي)

تاريخ الميلاد: ________ العمر: ______ الاسم المفضل: ________ **تاري**

هل يعيش الفرد بمفرده؟ ________ ________

الوصف المادي للفرد:

_____ ذكر _____ أنثى الطول: _____ الوزن: _____ لون العين: _____ لون الشعر: _____

الندوب أو غيرها من علامات التمييز: ____________________

الحالات الطبية الأخرى ذات الصلة بالإضافة إلى اضطراب طيف التوحد (ضع علامة على كل ما ينطبق):

_____ لا يوجد احساس بالخطورة _____ أعمى _____ أصم _____ غير ناطق _____ تخلف عقلي

_____ عرضة للنوبات _____ اعتلال استعرافي _____ غير ذلك

إذا تواجدت حالات غير ذلك، يرجى التوضيح: ____________________

____

الأدوية التي تُطلب بالوصفات المطلوبة: ____________________

____

مسائل حسية أو غذائية، إن وجدت: ____________________

____

معلومات إضافية قد يحتاجها المستجيبون الأولون: ____________________

____

معلومات الاتصال في حالات الطوارئ

اسم جهة الاتصال في حالات الطوارئ (الوالدين / الأوصياء، رئيس الخدم / الإقامة، أو مقدمي الرعاية):

____

عنوان الاتصال في حالات الطوارئ: ____________________
(شارع) (المدينة) (الرمز البريدي)

أرقام هاتف جهة اتصال الطوارئ: ____________________

المنزل: ________ العمل: ________ الهاتف ________ الجوال: ________

اسم البديل في حالات الطوارئ الاتصال

المنزل: ________ العمل: ________ الهاتف ________ الجوال: ________



استمارة تنبيه فرار لحالة توحد

جزء 2

معلومات محددة للأفراد

أماكن جذب مفضلة أو الأماكن التي يمكن العثور فيها على الفرد:

____

____

السلوكيات غير النمطية أو خصائص الفرد التي قد تجذب انتباه المستجيبين:

____

____

ألعاب الشخص المفضلة، أو الأشياء، أو الموسيقى، أو مواضيع المناقشة، أو ما يعجبه ، أو ما لا يعجبه:

____

____

طريقته المفضلة للتواصل. (إذا كان غير كلامي: لغة الإشارة، ولوحات الصور، والكلمات المكتوبة، وما إلى ذلك):

____

____

طريقته الثانية المفضلة للتواصل. (إذا كانت كلامية: كلمات مفضلة، أو أصوات، أو أغنيات، أو عبارات قد ترد عليها):

____

____

معلومات التعريف. (أي هل يحمل الفرد أو يرتدي مجوهرات أو علامات أو بطاقة هوية أو أساور تنبيه طبية، وما إلى ذلك؟):

____

____



مسرد المصطلحات

ملاحظة: قم بزيارة مسرد مصطلحات اضطراب طيف التوحد على الموقع: AutismSpeaks.org/what-autism/video-glossary للاطلاع على فيديو حول المصطلحات المسجلة باللون الأزرق

A

نَوبَةٌ صَرْعِيَّةٌ مَصْحُوْبَةٌ بِغَيْبَة (Absence Seizure)، انظر النوبات.

متلازمة انجيلمان (**Angelman Syndrome**) هو اضطراب وراثي يسبب تأخر نمائي ومشاكل عصبية، وغالبًا ما يصحبه نوبات. غالبًا ما يظهر الأطفال فرط النشاط، وصغر حجم الرأس، واضطرابات النوم، واضطرابات الحركات والتوازن.

مُضادُّ الاِخْتِلاج (Anticonvulsant) هو نوع من الادوية التي تستخدم لمنع أو إيقاف النوبات أو التشنجات. كما تُسمى مُضادُّ الصَّرْع.

اضطراب القلق (**Anxiety Disorder**) هو اضطراب يؤثر على ما يقدر بنحو 30 % من الأفراد المصابين باضطراب طيف التوحد ويشمل الرهاب الاجتماعي، وقَلَقُ الانْفِصال، واضْطِرابُ الهَلَع وأنواع من الرهاب المحددة. قد يعاني الشخص الذي يعاني من القلق من إحساس داخلي قوي بالتوتر مثل القلب المتسارع وتَوَتُّرات العَضَلات ووَجَعُ المَعِدَة.

التحليل السلوكي التطبيقي ((Applied Behavior Analysis (ABA) هو أسلوب من أساليب التدريس باستخدام سلسلة من التجارب لتشكيل السلوك المرغوب أو الاستجابة. تُقسم فيه المهارات إلى مكونات صغيرة ويتم تدريسها من خلال نظام تعزيز.

متلازمة آسبرجر (**Asperger Syndrome**) هو اضطراب نمائي يعتبر من انواع اضطراب طيف التوحد و يُعرف بالقصور في التواصل والنماء الاجتماعي ومن خلال الاهتمامات والسلوكيات التكرارية، دون تأخير كبير في اللغة ونَمَاءُ الاستعْرَاف. لم يعد التشخيص مستخدمًا في الدليل التشخيصي والإحصائي للاضْطِرابّات النَفْسِيّة الإصدار 5 (DSM5)، ولكن يشير الدليل التشخيصي والإحصائي للاضْطِرابّات النَفْسِيّة الإصدار 5 (DSM5) إلى أن الأفراد الذين لديهم "تشخيص مثبت" لهذه الحالات "يجب أن يُصنفوا ضمن تشخيص اضطراب طيف التوحد."

اضْطِرابُ نَقْصِ الانْتِباهِ مَعَ فَرْطِ النَّشَاط ((Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) هو اضطراب يؤثر على ما يقرب من 1 من 5 أطفال يعانون من اضطراب طيف التوحد. تشمل الأعراض مشاكل مزمنة مع عدم الانتباه والاندفاعية وفرط النشاط.



إخْتِصاصِيُّ السَّمَع (Audiologist) هو شخص مهني يقوم بتشخيص ومعالجة الأفراد الذين يعانون من مشاكل في السمع أو التوازن.

تدريب الدمجي السمعي (Auditory Integration Training) يُستخدم التدريب السمعي أو المعالجة الصوتية لمعالجة الأطفال الذين يعانون من صعوبات في المُعامَلَةُ السمعية أو حساسية الصوت ويشمل الاستماع الفردي للموسيقى المعدلة إلكترونيًا من خلال سماعات الرأس خلال جلسات متعددة.

جدول معاينة تشخيص اضطراب طيف التوحد (Autism Diagnostic Observation Schedule (ADOS)) وهو اختبار يُعتبر معيارًا ذهبيًا حاليًا لتشخيص اضطراب طيف التوحد (ASD)، بالإضافة إلى معلومات من الوالدين، يجب تضمينها في تقييم الطفل.

اضطراب طيف التوحد (Autism Spectrum Disorder) و اضطراب التوحد كلاهما من المصطلحات العامة لمجموعة من الاضطرابات المعقدة لنماء الدماغ. تتميز هذه الاضطرابات، بدرجات متفاوتة، بصعوبات في التفاعل الاجتماعي، والتواصل الكلامي وغير الكلامي والسلوكيات التكرارية. مع إصدار مايو 2013 من الدليل التشخيصي والإحصائي للاضْطِرابّات النَفْسِيّة الإصدار 5 (DSM5)، دُمجت جميع اضطرابات طيف التوحد في تشخيص واحد في إطار اضطراب طيف التوحد (ASD).

اضطراب تفككي طفولي (Childhood Disintegrative Disorder) هو اضطراب يبدأ فيه النماء الطبيعي في جميع المجالات، الجسدية والعقلية. في مرحلة ما بين سنتين و 10 سنوات، يفقد الطفل المهارات التي سبق تنميتها. قد يفقد الطفل المهارات الاجتماعية واللغوية والوظائف الأخرى، بما في ذلك التحكم في الأمعاء والمثانة. لم يعد التشخيص مستخدمًا في الدليل التشخيصي والإحصائي للاضْطِرابّات النَفْسِيّة الإصدار 5 (DSM5)، ولكن الدليل التشخيصي والإحصائي للاضْطِرابّات النَفْسِيّة الإصدار 5 (DSM5) يشير إلى أن الأفراد الذين لديهم "تشخيص مثبت" لهذه الحالات "يجب أن يُصنفوا ضمن تشخيص اضطراب طيف التوحد".

إمساك مزمن (Chronic Constipation) هو حالة مستمرة تكون فيها حركات أمعاء أقل من ثلاث مرات في الاسبوع.

مهارات الادراك (Cognitive Skills) هي أي مهارات عقلية تستخدم في عملية اكتساب المعرفة؛ وتشمل هذه المهارات التفكير والإدراك والحكم.

اِلْتِهابُ القَولون (Colitis) هو التهاب الأمعاء الغليظة.

عَدٌّ دَمَوِيٌّ شامِل (Complete Blood Count (CBC)) هو إختبار معملي يسجل فيه عدد خلايا الدم البيضاء وخلايا الدم الحمراء وصُفَيحاتُ الدَّم والهيموغلوبين وهيماتوكريت والقيم الأخرى التي تعكس صحة الدم بشكل عام.

سلوكيات قَهْرِية (Compulsions) هو سلوكيات متكررة متعمدة تتبع قواعد محددة، مثل الامور المتعلقة بالتنظيف أو الفحص أو العد. في الأطفال الصغار، قد تكون أنماط الاهتمام المقيدة علامة مبكرة على السلوكيات القهرية.

التَّصْوِيْرُ المَقْطَعِيُّ المِحْوَرِيُّ المُحَوْسَب ((Computed Axial Tomography (CT) هو فحص الأعضاء عن طريق المسح باستخدام الأشعة السينية واستخدام الكمبيوتر لإنشاء سلسلة من عمليات المسح المستعرضة. يدعى المسح المَقْطَعِيُّ المِحْوَرِيُّ المُحَوْسَب "CAT".

لغة إعلانيَّةٌ (Declarative Language) تُستخدم اللغة الإعلانية لإيصال ما ينتجه العَقْل. وهي الأكثر شيوعًا في المحادثة، في حين تستخدم اللغة الحتمية لطرح الأسئلة أو إصدار الأوامر أو إعطاء التعليمات.

اضطراب نَمَائِيّ (Developmental Disorder) يشير الاضطراب النَمَائِيّ إلى عدة اضطرابات تؤثر على النماء الطبيعي. قد تؤثر على مجال واحد من النماء (اضطرابات نمائية محددة) أو عدة (اضطرابات نمائية منتشرة).

علاقة الفروق الفردية النمائية ((Developmental Individual Difference Relationship (DIR) هي نوع من المعالجة، يعرف باسم وقت الدور، والذي يسعى إلى دفع الطفل نحو تفاعلات معقدة بشكل متزايد من خلال المشاركة المشتركة المتبادلة.

معالم نمائية (Developmental Milestones) هي المهارات أو السلوكيات التي يمكن أن يقوم بها معظم الأطفال في عمر معين والتي تمكن من مراقبة التعلم والسلوك والنماء.

طَبِيبُ أَطْفال نمائي (Developmental Pediatrician) هو طبيب معتمد من المجلس وتلقى تدريبًا فرعيًا تخصصيًا في طب الأطفال السلوكي النمائي.

الدليل التشخيصي والإحصائي للاضْطِرابات النَفْسِيّة الإصدار 5 (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-5)) هو النظام الرسمي لتصنيف الاضطرابات السيكولوجيّة والنفسية الذي نشرته الجمعية الأمريكية للطب النفسي في عام 2013، والذي وضع، من بين تغييرات أخرى، معايير جديدة لتشخيص اضطراب طيف التوحد، ولغي الفئات الفرعية المنفصلة سابقا على اضطراب طيف التوحد، بما في ذلك متلازمة أسبرجر، واضطراب نمائي منتشر وغير محدد له غير ذلك (PDD-NOS)، والاضطراب التحللي لدى الطفولة اضطراب طيف التوحد وأضاف فئة جديدة تسمى اضطراب التواصل الاجتماعي (SCD).

التدريب التجريبي المنفصل ((Discrete Trial Training (DTT) هو تقنية تتضمن مبادئ التحليل السلوكي التطبيقي، بما في ذلك التعزيز الإيجابي المستخدم لتعليم السلوكيات في بيئة فردية. وفيه تُقسم المفاهيم إلى أجزاء صغيرة.

بحث طولي مبكّر لاضطراب طيف التوحد ((Early Autism Risk Longitudinal Investigation (EARLI)
هي شبكة من المواقع البحثية التي تسجل وتتبع مجموعة كبيرة من أمهات الأطفال المصابين باضطراب طيف التوحد في بداية حمل آخر وتوثّق نماء طفل حديث الولادة خلال ثلاث سنوات من العمر.



تدخل مبكر ((Early Intervention (EI) هو برنامج تموله الولاية يهدف إلى تحديد ومعالجة المشاكل النمائية أو غيرها من الإعاقات في أقرب وقت ممكن. تكون الأهلية للحصول على تدخل مبكر هي من الولادة إلى سن ثلاث سنوات.

نموذج دنفر للتدخل المبكر ((Early Start Denver Model (ESDM) هو نهج شامل للتدخل المبكر السلوكي للأطفال المصابين باضطراب طيف التوحد، الذين تتراوح أعمارهم بين 12 إلى 48 شهرًا، يستخدم منهجًا نمائيا يحدد المهارات التي يجب تدريسها في أي وقت معين ومجموعة من إجراءات التدريس المستخدمة لتقديم هذا المحتوى.

تلفُظٌ صَدَوِيٌّ (Echolalia) هو تكرار للكلمات أو العبارات التي سمعت من قبل، إما مباشرة بعد سماع كلمة أو جملة أو بعد ذلك بكثير. يحدث التلفظ الصَدَوِيٌّ المتأخر بعد أيام أو أسابيع. يستخدم التلفظ الصَدَوِيٌّ الوظيفي عبارة مقتبسة بطريقة تكون لها معنى مشترك، على سبيل المثال، تقول "أحملك" لطلب حمله بدلا من احملني.

مُخَطَّطُ كَهْرَبِيَّةِ الدِّماغ ((Electroencephalogram (EEG) يعد بمثابة اختبار يستخدم الأقطاب الكهربائية على فروة الرأس لتسجيل نشاط الدماغ الكهربائي. لتشخيص اضطرابات النوبات أو أنماط الموجة الدماغية الشاذة.

صرع (اضطراب النوبات) (Epilepsy) هو نمط من النوبات المتكررة، وتشمل الأسباب إصابة الرأس، ورم في المخ، والتسمم بالرصاص، والأمراض الوراثية والمعدية. السبب غير معروف في 50% من الحالات.

اِلْتِهابُ المَريء (Esophagitis) هو التهاب في المريء، وهو جزء يشبه الأنبوب الرَخْو في القناة الهضمية يربط البلعوم بالمعدة

تسمية تعبيرية (Expressive Labeling) هو عبارة عن تواصل لاسم ليدل على شيء أو على شخص، انظر اللغة التعبيرية.

اللغة التعبيرية (Expressive Language) هي تواصل النوايا أو الرغبات أو الأفكار مع الآخرين، من خلال الكلام أو الكلمات المطبوعة وتتضمن الإيماءات والعلامات ولوحة الاتصالات وأشكال التعبير الأخرى.

خدمات السنة الدراسية الممتدة (Extended School Year (ESY) Services) تتوفر خلال فترات إجازة المدرسة، مثل خلال العطلة الصيفية، للطلبة الذين يعانون من تراجع كبير في المهارات أثناء العطلات المدرسية.

التعليم العام الملائم المجاني ((Free Appropriate Public Education (FAPE) يعني أن التعليم يجب أن يقدم لجميع الأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين ثلاثة إلى واحد وعشرين على نفقة الدولة.

وقت الدور (Floortime) هو تدخل نمائي للأطفال المصابين باضطراب طيف التوحد يحدث بالالتقاء بطفل على مستواه النمائي الحالي وبناء على مجموعة معينة من نقاط القوة.

متلازمة إكس الهشة (Fragile X syndrome) هي اضطراب وراثي يشترك في العديد من خصائص اضطراب طيف التوحد. وقد يُجرى اختبار للأفراد بحثًا عن متلازمة إكس الهشة.



التهاب المعدة (Gastritis) هو التهاب المعدة.

إخْتِصاصِيُّ أمراض الجهاز الهضمي (Gastroenterologist) هو طبيب متخصص في تشخيص ومعالجة اضطرابات القناة المعدية المعوية، بما في ذلك المريء والمعدة والأمعاء الدقيقة والأمعاء الغليظة والبنكرياس والكبد والمرارة والجهاز الصفراوي.

جَزْرٌ مَعِدِيٌّ مَريئِيّ (**Gastroesophageal Reflux**) هو ارتجاع محتويات المعدة مرة أخرى إلى المريء الذي يسبب في كثير من الأحيان حرقة بسبب تهيج المريء من حمض المعدة.

مَعِدِيٌّ مِعَوِيّ (**Gastrointestinal**) يتعلق بالقناة الهضمية، بما في ذلك الفم والحلق والمريء والمعدة والأمعاء الدقيقة والأمعاء الغليظة والمستقيم.

إخْتِصاصِيُّ الوِراثِيَّات (Geneticist) يشير إلى طبيب متخصص في المشاكل الوراثية. الجينات هي وحدة في الكروموسوم تحتوي على المخطط المسؤول عن انتقال الخصائص الموروثة.

الإيماءات (Gestures) هي حركات اليد والراس، تستخدم لإعطاء إشارة إلى شخص آخر، مثل اعطاء أو وصول أو تحريك اليد أو الإشارة أو هز الرأس. وهي تنقل المعلومات أو تعبر عن المشاعر دون استخدام الكلمات.

تأخر نمائي عالمي (Global Developmental Delay) هو تشخيص لدى الأطفال الذين تقل أعمارهم عن 5 سنوات، ويتميز بالتأخر في مجالين نمائيين أو أكثر، يرتبط أحيانًا بالتخلف العقلي.

غلوتين (Gluten) هو بروتين موجود في القمح والجاودار والشعير.

نوبة الصَّرْعُ الكَبير (Grand mal seizure)، انظر النوبات.

ائتلاف بحوث الأشقاء الأطفال عالية الخطر (High Risk Baby Siblings Research Consortium (BSRC)) هو مشروع مشترك بين "مؤسسة التوحد يتحدث" والمعهد الوطني لصحة الطفل والتنمية البشرية الذي يركز على جعل الاكتشافات التي تساعد الباحثين على تطوير طرق جديدة لمعالجة أو حتى منع الأعراض الموهنة عن طريق التدخل في سن مبكرة.

فرط قِرَائِيّ (Hyperlexia) هو القدرة على القراءة في سن مبكرة. لا يحتاج الطفل إلى فهم ما يقرأه لكي يوصف بان لديه بفرط قِرَائِيّ.

فرط الاستجابة (Hyperresponsiveness)، فرط الحساسية، انظر الدفاعية الحسية (Sensory Defensiveness).

نقص الاستجابة (Hyporesponsiveness)، نقص الحساسية، هو عدم حساسية شاذة للمدخلات الحسية. يمكن أن تظهر في الطفل الذي يبدو أنه أصم، والذي يكون سمعه طبيعيًا، وهو دون تفاعلي للمدخلات الحسية، وقد يكون لديه قدر كبير من التسامح مع الألم، وقد يكون أخرق، باحثًا عن الإحساس وقد يتصرف بعنف.



تدريس عرضي (Incidental Teaching) يعلم التدريس العرضي الطفل مهارات جديدة أثناء وجوده في منزله أو مجتمعه، أو في السياق الطبيعي أو "في هذه اللحظة"، للمساعدة في فهم ما يتعلمه خلال التعليم الرسمي وتعميم مهارات جديدة.

خطة خدمة الأسرة الفردية ((Individual Family Service Plan (IFSP) وضع فريق متعدد التخصصات خطة خدمة الأسرة الفردية (IFSP) بما في ذلك الأسرة كمشارك أساسي. تصف مستوى نمو الطفل في جميع المجالات؛ وموارد الأسرة وأولوياتها، والخدمات التي يتعين تلقيها وتواترها وشدتها وطريقة التسليم. يجب أن تذكر البيئات الطبيعية التي ستجري فيها الخدمات.

خطة التعليم الفردي ((Individualized Education Plan (IEP) تحدد خطة التعليم الفردي التوقعات الخاصة بالتعلم لدى الطالب، وكيف ستتناولها المدرسة بالخدمات والأساليب المناسبة لمراجعة التقدم. بالنسبة للطلبة الذين يبلغ عمرهم 14 عامًا أو أكبر، يجب أن تحتوي تلك الخطة على خطة للانتقال إلى التعليم ما بعد الثانوي أو مكان العمل أو مساعدة الطالب في العيش بشكل مستقل قدر الإمكان في المجتمع.

قانون تعليم الأفراد ذوي الإعاقات ((Individuals with Disabilities Education Act (IDEA) هو قانون الولايات المتحدة الذي يفرض "التعليم الحر والعام" لجميع الأشخاص ذوي الإعاقات الذين تتراوح أعمارهم بين 3 و 21 عامًا.

دمج (Inclusion) يشمل الدمج تعليم جميع الأطفال في الفصول الدراسية العادية، بغض النظر عن درجة الإحتياجات أو شدتها. يتم الدمج الفعال مع نظام التدريب والدعم المخطط له؛ ويشمل التعاون من فريق متعدد التخصصات بما في ذلك المربين العاديين والخصوصيين.

انتباه مشترك (Joint Attention) هي عملية مشاركة تجربة المرء في مراقبة شيء أو حدث، باتباع إيماءات التحديق أو الإشارة. وهو حاسم للنماء الاجتماعي، واكتساب اللغة، ونَمَاءُ الاستعْرَافِ. قصور الاهتمام المشترك هو عجز أساسي في اضطراب طيف التوحد (ASD)

أقل بيئة مقيدة ((Least Restrictive Environment (LRE) هي البيئة التي تحدد الحد الأدنى من الفرص المتاحة للأطفال ذوي الإحتياجات ليكونوا مع أقرانهم من دون إعاقات. ينص القانون على تعليم كل طفل يعاني من الإحتياجات في أقل بيئة مقيدة.

تصْويرُ بالرَّنينِ المِغْناطيسِيّ ((Magnetic Resonance Imaging (MRI) هو تقنية تشخيصية تستخدم مغناطيسات كهربائية قوية وموجات تردد راديوي وجهاز كمبيوتر لإنتاج صور محددة بوضوح للهياكل الداخلية للجسم.

الدمج (Mainstreaming) هو المكان الذي يُتوقع من الطلبة المشاركة فيه في دروس التربية العادية الحالية، في حين يتم تصميم دروس برنامج شامل لجميع الطلبة. وقد تكون عملية تدريجية أو جزئية أو بدوام جزئى (على سبيل المثال، يمكن للطلبة حضور دروس منفصلة داخل المدرسة العادية أو المشاركة في صالة ألعاب رياضية عادية والغداء فقط).

ميلاتونين (Melatonin) هو هرمون ينتج من الغدة الصنوبرية، ويشارك في ينظم دورات النوم والاستيقاظ. ويستخدم في بعض الأحيان للأَرَق المزمن. استشر طبيب طفلك قبل اعطاء الميلاتونين. لا ينصح به لجميع المرضى الذين يعانون من مشاكل في النوم.



قائمة مراجعة معدلة للتوحد لدى الأطفال الصغار ((Modified Checklist of Autism in Toddlers (MCHAT) هي أداة فحص لتحديد الأطفال الصغار الذين يمكن إحالتهم إلى اِخْتِصاصِيُّ للتقييم إضافي وإمكانية تشخيص اضطراب طيف التوحد.

عجز حركي (Motor deficits) هو مهارات بدنية لا يستطيع الشخص القيام بها أو يواجه صعوبة في الأداء.

وظيفة حركية (Motor function) (أو المهارات الحركية) هي القدرة على الحركة والتحكم في الحركات.

طَبيبُ الجِهازِ العَصَبِيّ (Neurologist) يشير إلى طبيب متخصص في المشاكل الطبية المرتبطة بالجهاز العصبي، وتحديدًا الدماغ والحَبْلُ النُّخاعِيّ.

السلوكيات غير الكلامية (Nonverbal Behaviors) هي أشياء يفعلها الناس لنقل المعلومات أو التعبير عن المشاعر بدون كلمات، بما في ذلك النظر إلى العين، وتعبيرات الوجه، وحركات الجسد والإيماءات.

وساوس (Obsessions) هي أفكار تكرارية مستمرة قد تكون الانشغالات بأنواع معينة من الأشياء أو الأعمال علامة مبكرة على الوساوس.

انْقِطاعُ النَفَسِ الانْسِدادِيُّ النَّومِيّ (Obstructive Sleep Apnea) هو اضطراب التنفس بتوقف التنفس أثناء النوم عندما يتوقف تدفق الهواء عبر الأنف أو الفم على الرغم من استمرار جهود التنفس. ويحدث انْخِماصٌ الحلق أثناء النوم مما يسبب الشخير واللهاث من أجل التنفس. قد يسبب النعاس خلال النهار. قد يزيد من خطر ارتفاع ضغط الدم ومشاكل في القلب.

علاج وظيفي (Occupational Therapy) يساعد على تطوير المهارات الحركية الدقيقة التي تساعد في الحياة اليومية. قد يركز على المسائل الحسية، وتنسيق الحركة، والتوازن ومهارات المساعدة الذاتية مثل ارتداء الملابس، وتناول الطعام بشوكة، والتزين، وما إلى ذلك. قد يتناول الإدراك المرئي والتنسيق بين اليد والعين.

معالج وظيفي (Occupational Therapist) يساعد في الحد من تأثير الإحتياجات على الاستقلال في الحياة اليومية من خلال تكييف بيئة الطفل وتعليم المهارات الفرعية للمكونات النمائية المفقودة

مُواظِبة (Perseveration) هو تكرار الحركة أو الكلام أو التمسك بفكرة أو مهمة واحدة، التي لها أولوية قهرية عليها.

اضطرابات نمائية منتشرة ((Pervasive Developmental Disorders (PDD) هي مجموعة من الحالات التي تشمل تأخير في نماء العديد من المهارات الأساسية، بما في ذلك القدرة على خلق صداقات مع الآخرين، والتواصل واستخدام الخيال. ويشمل اضطراب طيف التوحد، ومتلازمة أسبرجر، ومتلازمة اضطراب الطفولة، ومتلازمة ريت والاضطراب النمائي المنتشر - لم يحدد خلاف ذلك. يشير الاضطراب النمائي المنتشر - لم محدد خلاف ذلك (PDD-NOS) هو فئة من الاضطرابات النمائية المنتشرة في الأطفال الذين يعانون من مشاكل كبيرة في التواصل واللعب وبعض الصعوبة في التفاعل مع الآخرين، ولكنهم اجتماعيون للغاية بحيث لا يمكن تشخيصهم باضطراب طيف التوحد. لم يعد التشخيص مستخدمًا في الدليل التشخيصي والإحصائي للاضْطِرابَات النَفْسِيّة الإصدار 5 (DSM5)، ولكن الدليل التشخيصي والإحصائي للاضْطِرابَات النَفْسِيّة الإصدار 5 (DSM5) يشير إلى أنه يجب تصنيف الأفراد الذين لديهم "تشخيص مثبت" لهذه الحالات تحت "تشخيص اضطراب طيف التوحد."

نوبات صَّرْعُ صَّغير (Petit Mal Seizure)، انظر النوبات.



العلاج الطبيعي (**Physical Therapy**) تُستخدم المعالجة الطبيعية تمارين ومعدات مصممة خصيصًا لمساعدة المرضى على استعادة قدراتهم الجسدية أو تحسينها.

مُعالِج طبيعي (**Physical Therapist**) يقوم المُعالِج الفيزيائي بتصميم برامج المعالجة الطبيعي وتنفيذها وقد يعمل داخل المستشفى أو العيادة أو في مدرسة أو كممارس مستقل.

وَحَم (**Pica**) هو استمرار أكل أو تناول المواد غير الغذائية لمدة شهر واحد على الأقل عندما يكون السلوك غير مناسب من الناحية النمائية (أكبر من 18-24 شهرًا). قد تشمل المواد عناصر مثل الطين، والأوساخ، والرمل، والحجارة، والحصى، والشعر، والبراز، والرصاص، ونشا الغسيل، والخشب، والبلاستيك وأكثر من ذلك.

نظام اتصالات تبادل الصور (Picture Exchange Communication System (PECS)) هو نظام اتصال بديل يستخدم رموز الصور التي يتم تدريسها على مراحل بدءًا من التبادل البسيط لرمز العنصر المطلوب. يتعلم الأفراد كيفية استخدام رموز الصور لإنشاء جمل كاملة، والشروع في الاتصال والإجابة على الأسئلة.

معالجة بالاستجابة المحورية (Pivotal Response Treatment (PRT)) هي طريقة تدريس علاجية تستخدم فرص التدريس العارضة لاستهداف وتعديل السلوكيات الأساسية المتعلقة بالاتصال، والسلوك، والمهارات الاجتماعية.

استعمالات اجتماعية للغة (Pragmatics) تعد الاستعمالات الاجتماعية للغة ما هي إلا قواعد اجتماعية لاستخدام اللغة المنطوقة في سياق ذي معنى أو محادثة. تعد التحديات في الاستعمالات الاجتماعية للغة من السمات الشائعة لصعوبات اللغة المنطوقة لدى الأطفال المصابين باضطراب طيف التوحد.

معدل الانتشار (**Prevalence**) هو العدد الحالي للأشخاص في مجموعة معينة من السكان الذين لديهم تشخيص محدد في وقت محدد. اعتبارًا من مايو 2014، قدرت مراكز السيطرة على الأمراض والوقاية منها في الولايات المتحدة انتشار اضطراب طيف التوحد على أنه واحد من بين 68 طفلًا، بما في ذلك 1 من كل 42 ولدًا و 1 من 189 فتاة.

محثات لإعادة هيكلة الغايات الصوتية العضلية الفموية (Prompts for Restructuring Oral Muscular Phonetic Targets (PROMPT)) هي طريقة تُستخدم في معالجة لغة الكلام التي توجه يدويًا فك الفرد ولسانه وشفتيه من خلال كلمة أو جملة أو جملة مستهدفة لتنمية السيطرة على الحركة والحركات العضلية الفموية المناسبة، مع التخلص من حركات العضلات غير الضروري مثل انزلاق الفك.

اسْتِقْبالُ الحِسِّ العَميق (Proprioception) هو تلقي المنبهات التي تنشأ في العضلات والأوتار والأنسجة الداخلية الأخرى

تَصَاوُت (Prosody) هي الإيقاع واللحن في اللغة المحكية التي يتم التعبير عنها من خلال المعدل أو درجة الصوت أو الإجهاد أو الانفعال أو التجويد. بعض الأطفال الذين يعانون من اضطراب طيف التوحد لديهم نغمة غير عادية (مسطحة، رتيبة، قاسية أو "غناء أغنية" دون التركيز على الكلمات المهمة).

طَبيبٌ نَفْسِيّ (Psychiatrist) هو طبيب متخصص في الوقاية والتشخيص والمعالجة من الأمراض النفسية والذي تلقي تدريبًا إضافيًا وأكمل النيابة الطبية تحت إشراف في التخصص. قد يكون هناك تدريب إضافي في تخصصات، مثل طِبُّ النَّفْسِ للأطفال أو طِبُّ النَّفْسِ والأَعْصاب ويمكن أن يصف الدواء الذي لا يستطيع اِخْتِصاصِيُّي عِلْمِ النَّفْس القيام به.

اِخْتِصاصِيُّ عِلْمِ النَّفْس (Psychologist) هو مهني يقوم بالتشخيص، مشاكل الاضطراب العاطفي والسلوكي. قد يكون حاملًا لدرجة الماجستير (.M.A) أو الدكتوراه (دكتوراه الفلسفة) في علم النفس. قد يكون لديه مؤهلات أخرى، بما في ذلك شهادة المجلس والتدريب الإضافي في نوع محدد من المعالجة.

لغة استقبالية (Receptive Language) هي القدرة على فهم الكلمات والجمل وتبدأ في وقت مبكر من الولادة وتزداد مع كل مرحلة من مراحل النماء. عند عمر 12 شهرًا، يبدأ الطفل في فهم الكلمات ويستجيب لاسمه وقد يستجيب للكلمات المألوفة في السياق. وعند عمر 18 إلى 20 شهرًا، يحدد الطفل الأشخاص المألوفين بالنظر عند ذكر الاسم (على سبيل المثال، أين ماما؟)، ويعطي أشياء مألوفة عند ذكر الاسم (على سبيل المثال، أين الكرة؟) ويشير إلى بعض أجزاء الجسم (على سبيل المثال، أين أنفك؟). هذه المهارات تظهر عادة بشكل طفيف قبل المهارات اللغوية التعبيرية.

تعزيز (Reinforcement) أو المُعزز، هو أي شيء أو حدث يتبع الاستجابة، أو يزيد أو يحافظ على معدل الاستجابة. قد تؤدي الاستجابة إلى المُعزز الإيجابي أو تضيفه بعد الاستجابة.

التدخل النمائي العلائقي (Relationship Development Intervention (RDI)) هو طريقة تدريس معالجة تعتمد على بناء قدرات الذَّكاء للربط الاجتماعي - مثل الإحالة، ومشاركة العواطف، ومشاركة التجاوب المشترك والخبرة - التي تتطور عادة في مرحلة الطفولة والطفولة المبكرة.

رِعَايَةٌ قَصِيرَةُ الأَمَد (Respite Care) هي رعاية مؤقتة قصيرة الأمد مقدمة للأشخاص ذوي الإحتياجات، تُعطى في المنزل لبضع ساعات قصيرة أو في بيئة بديلة مرخصة لفترة ممتدة من الوقت. تسمح الرعاية المؤقتة لمقدمي الرعاية بأخذ استراحة من أجل تخفيف الإجهاد والتعب ومنعهما.

متلازمة ريت (Rett Syndrome) هو اضطراب نادر جدًا يعاني صاحبه من أعراض مرضية مرتبطة بالاضطراب النمائي المنتشر بالإضافة إلى مشاكل في النماء الجسدي. ويفقدون عادة العديد من المهارات الحركية أو مهارات الحركة - مثل المشي واستخدام الأيدي - ويطور تنسيق ضعيف. ارتبطت الحالة بوجود خلل في الكروموسوم (X) ونتيجة لذلك، يصيب الفتيات دائمًا تقريبًا.

نوبة (Seizure) تشير النوبات إلى النشاط الكهربائي غير المنضبط في الدماغ، والذي قد يؤدي إلى اختلاج جسدي أو علامات بدنية بسيطة أو اضطرابات في التفكير أو مجموعة من الأعراض.

نوبة، نَوبَةٌ صَرْعِيَّةٌ مَصْحُوْبَةٌ بِغَيْبَة (Seizure, absence)، تأخذ شكل فترة تحديق حيث أن الشخص يبدو فجأة "غائبًا" ولديه فقدان قصير في الوعي. قد يكون مصحوبًا بطَرْف في العين أو نَفَضان في الفم. للنوبات الصَرْعِيَّةٌ المَصْحُوْبَةٌ بغَيْبَة لها مظهر مميز جدًا على مُخَطَّطُ كَهْرَبِيَّةِ الدِّماغ. كما تسمى الصَّرْعُ الصَّغير.

نوبات، صَرْعٌ وَنَائِي (Seizure, atonic)، هو نوبة تتميز بفقدان الشخص تَوَتُّرُ العَضَلَة وقوتها، وما لم يُساعد، يسقط. وَنَائِية (atonic) تعني عدم وجود تَوَتُّرُ العَضَلَة ونقص قوتها.

نوبات، دُونَ سَّرِيرِيَّة (النوبات الكهروغرافية) (Seizure, subclinical (Electrographic Seizures)) مرئية على مُخَطَّطُ كَهْرَبِيَّةِ الدِّماغ، ولكن المريض لا تحمل أعراض سريرية. غالبًا ما يكشف مُخَطَّطُ كَهْرَبِيَّةِ الدِّماغ عن النوبات تحت سَّرِيرِيَّة أثناء النوم.

نَوبَةٌ صرع ارتجاجية (Seizure, tonic clonic)، تشمل مرحلتين - مرحلة تَوَتُّرِيَّةٌ عندما يصبح الجسم متصلب ومرحلة رَمَعِيَّة تتميز بنَفْضَات غير منضبطة. قد يسبقها أَوْرَة وغالبًا ما يتبعها صداع، وارتباك ونوم. قد تستمر لمدة ثوان أو تستمر لعدة دقائق.

تنظيم ذاتي (Self-Regulation) يرتبط التنظيم الذاتي بالتحكم الذاتي ولكن ليس هو نفسه. يشير التنظيم الذاتي إلى كل من عمليات الشُعورُ واللاشُعورُ التي لها تأثير على التحكم الذاتي، ولكن تحدث الأنشطة التنظيمية بشكل أو بآخر باستمرار للسماح لنا بالمشاركة في المجتمع والعمل والحياة الأسرية. يعد التحكم الذاتي نشاط يحدث في الشُعور.



دفاعية حسية (Sensory Defensiveness) هي نَزْعَة، خارج القاعدة، للتفاعل سلبيًا أو بالتنبيه للمدخلات الحسية التي تعتبر عمومًا غير ضارة أو غير مهيجة للآخرين. كما تسمى فَرْطُ التَّحَسُّس.

مدخلات حسية (Sensory Input)، انظر المُنَبِّهات الحسية.

دمج حسي (Sensory Integration) هو الطريقة التي يعالج بها الدماغ التنبيه الحسي أو الإحساس من الجسم ثم يترجم تلك المعلومات إلى نشاط حركي محدد ومخطط ومنسق.

خَلَلٌ دمج حسي (Sensory Integration Dysfunction) اضطراب عصبي يسبب صعوبات في معالجة المعلومات من الحواس الخمس الكلاسيكية (الرؤية والسمع واللمس والطعم والرائحة) وإحساس الحركة (الجهاز الدهليزي) والحس الموضعي (اسْتِقْبالُ الحِسِّ العَميق). يتم استشعار المعلومات الحسية بشكل طبيعي، ولكن تُدرك بشكل غير طبيعي . قد يكون اضطراب من تلقاء نفسه أو مع غيره من الحالات العصبية.

معالجة بالدمج الحسي (Sensory Integration Therapy) تُستخدم لتحسين القدرة على استخدام المعلومات الحسية الواردة بشكل مناسب وتشجيع التَحَمُّل لمجموعة متنوعة من المدخلات الحسية.

عامل التحفيز الحسي (Sensory Stimulus Agent)، أو الفعل أو الحالة، الداخلية (على سبيل المثال، معدل ضربات القلب، درجة الحرارة) أو الخارجية (على سبيل المثال، الرؤية، والصوت، والتذوق، والشم، واللمس والتوازن) الذي يستثير استجابة فسيولوجية أو نفسية. تعتمد الاستجابة على القدرة على تنظيم وفهم المنبهات وتعديل العواطف حسب مطالب البيئة المحيطة.

صحة النوم (Sleep Hygiene) مجموعة من الممارسات والعادات والعوامل البيئية ذات الأهمية البالغة للنوم السليم، مثل التقليل من الضوضاء والضوء ودرجة الحرارة القصوى وتجنب القيلولة والكافيين.

اضطراب التواصل الاجتماعي (Social Communication Disorder (SCD) هو فئة تشخيصية جديدة موضوعة في الدليل التشخيصي والإحصائي للاضطرابات النفسية (DSM-5) والتي تنطبق على الأفراد الذين لديهم عجز في الاستخدام الاجتماعي للغة، ولكن ليس لديهم اهتمام مُقيد أو سلوك تكراري الذي تراه في أولئك الذين يعانون من اضطراب طيف التوحد.

تواصل اجتماعي / تنظيم عاطفي / دعم المعاملات (Social Communication/Emotional Regulation/Transactional Support (SCERTS) هو نموذج تعليمي للمعالجة يختلف اختلافًا كبيرًا عن التركيز في التحليل السلوكي التطبيقي "التقليدي" من خلال تعزيز التواصل بين الأطفال في الأنشطة اليومية.

تبادلية اجتماعية (Social Reciprocity) هي تدفق التفاعل الاجتماعي ذهابًا وإيابًا. كيف يؤثر سلوك شخص واحد ويتأثر بسلوك الغير والعكس بالعكس.

قصص اجتماعية (Social Stories)، التي وضعتها كارول غراي، هي قصص بسيطة تصف الأحداث الاجتماعية والحالات التي يصعب على الطفل المصاب باضطراب نمائي منتشر لفهمها. على سبيل المثال، تُكتب قصة اجتماعية حول حفلات أعياد الميلاد إذا بدا أن الطفل يواجه صعوبة في فهم ما هو متوقع منه أو كيف من المفترض أن يتصرف في حفلة عيد ميلاد.

اختصاصي اجتماعي (Social Worker) يعتبر اختصاصي في الاحتياجات الاجتماعية والعاطفية والمالية للعائلات والمرضى. غالبًا ما يساعد الإِخْتِصاصِيُّون الاجتماعيون الأسر والمرضى في الحصول على الخدمات التي تم وصفها لهم.



تعليم خاص (**Special Education**) هو عبارة عن تعليم مصمم خصيصًا، دون أي تكلفة للأسر، لتلبية الاحتياجات الفريدة للأطفال ذوي الإالاحتياجات، بما في ذلك التعليم الذي يتم في غرفة الصف وفي المنزل وفي المستشفيات والمؤسسات وفي الاماكن الأخرى والتعليم في التربية البدنية.

مُعالج النطق واللغة (**Speech-Language Therapist**) أو اِخْتِصَاصِيٌّ بباثولوجيا الكَلاَم واللغة، وهو اختصاصي في التواصل البشري. وينصب التركيز على التواصل، وليس الكلام، لزيادة قدرة الطفل على التأثير على بيئته وفهمها.

علاج النطق واللغة (Speech-Language Therapy) تتوفر معالجة الكَلاَم واللغة بهدف تحسين قدرة الفرد على التواصل. وهذا يشمل الاتصال الكلامي وغير الكلامي. المعالجة محددة لحاجة الفرد.

لغة منطوقة (Spoken Language) (يشار إليها أيضًا باسم اللغة التعبيرية والمستقبلة) هي استخدام السلوك اللفظي أو الكلام، لتوصيل الخواطر، والأفكار، والمشاعر للآخرين. وتشمل تعلم العديد من مستويات القواعد - تجميع الأصوات لتأليف الكلمات، واستخدام المعاني التقليدية للكلمات، وتجميع الكلمات في جمل واستخدام الكلمات والجمل في قواعد المحادثة المتبعة.

سلوكيات نمطية (**Stereotyped Behaviors**) تشير إلى التكرار غير الطبيعي أو المفرط لاحد الاعمال التي تتم بنفس الطريقة بمرور الوقت. قد تشمل الحركات التكرارية أو وضع الجسم أو الأشياء.

أنماط الاهتمام النمطية (Stereotyped Patterns of Interest) أو أنماط الاهتمام المقيدة تشير إلى نمط الانهماك بمجموعة ضيقة من الاهتمامات والأنشطة.

تنبيه (**Stimming**) أو "التنبيه الذاتي"، هي حركات نمطية أو تكرارية أو وضع الجسم الذي ينبه تلك الحواس. بعض "التنبيهات" قد تخدم وظيفة تنظيمية (التهدئة، أو التركيز المتزايد أو إغلاق صوت محيطي).

لعب تخيلي (Symbolic Play) هو نوع اللعب الذي يدعي فيه الأطفال القيام بالأشياء وأن يكونوا شيئًا آخر أو شخصًا آخر. يتطور عادة بين سن 2 و 3 سنوات. كما يسمى الاعتقاد أو التظاهر باللعب.

متلازمة (**Syndrome**) هي مجموعة من العلامات والأعراض التي تحدد بشكل جماعي أو تميز مرض أو اضطراب أو حالة.

دفاعية لَمْسِيّة (Tactile Defensiveness) هي استجابة سلبية قوية للإحساس الذي لا يكون مزعجًا عادة، مثل لمس شيء لزج أو لاصق أو الشعور بالأطعمة الطرية في الفم. محددة باللمس.

برنامج (TEACCH) هو نهج معالجة يستند بشكل واسع على فكرة أن الأفراد الذين يعانون من اضطراب طيف التوحد يستخدمون التلميحات البصرية بفعالية أكثر ويفهمونها.

نَوبَةٌ تَوَتُّرِيَّةٌ-رَمَعِيَّة (**Tonic-clonic seizure**)، انظر النوبات:

تطور نموذجي (Typical Development) (أو النماء الصحي) يصف النماء البدني والعقلي والاجتماعي للطفل الذي يكتسب أو يحقق المهارات وفقًا للإطار الزمني المتوقع. ينتبه الطفل النامي بطريقة صحية للأصوات والوجوه والأفعال التي يقوم بها الآخرون، ويظهر المتعة ويتبادلها أثناء التفاعلات ويشارك في التواصل الكلامي وغير الكلامي.

علاج سلوك لفظي (Verbal Behavior) هو طريقة للتحليل السلوكي التطبيقي (ABA) لتعليم الأطفال المصابين باضطراب طيف التوحد، استنادًا إلى وصف نظام اللغة لبي. إف. سكينر.



جِهازُ دِّهْلِيزِيّ (Vestibular System) يشير إلى إلى أحد اجهزة الجسم المعني بالحفاظ على التوازن.



المصادر:

الكتب

1001 فكرة عظيمة لتعليم الأطفال المصابين باضطراب طيف التوحد وتربيتهم

تأليف فيرونيكا زيسك وإلين نوتبهم

جداول النشاط للأطفال المصابين باضطراب طيف التوحد: تدريس السلوك المستقل

تأليف لين إي ماك كلاناهان، دكتوراه الفلسفة وباتريشيا ج. كرانتز، دكتوراه الفلسفة

اضطراب طيف التوحد: تأكيد حق طفلك في التعليم الخاص

تأليف ديفيد إيه شيرمان

حلول اضطراب طيف التوحد: كيفية خلق حياة صحية ومفيدة لطفلك

تأليف ريكي روبنسون، دكتوراه في الطب، ماجستير في الصحة العامة

كتاب دليل اضطراب طيف التوحد: كل ما تحتاج إلى معرفته عن التشخيص والمعالجة والتأقلم والشفاء

تأليف كارين سيف إكسكورن

اضطرابات طيف التوحد: الدليل الكامل لفهم اضطراب طيف التوحد ومتلازمة اسبرجر والاضطراب النمائي المتفشي وغيرهم من اضطرابات طيف التوحد

تأليف شانتال سيسيل- كيرا

اضطرابات طيف التوحد: كل ما تحتاجه الأم إلى معرفته من الأكاديمية الأمريكية لطب الأطفال،

تأليف ألان آي روزينبلات وبول إس كاربون

أطفال اضطراب طيف التوحد: دليل الوالدين

تأليف مايكل د باورز

الدليل الكامل لبرنامج التعليم الفردي: كيف تناصر من أجل تربية طفل تربية خاصة

تأليف المحامي لورنس م سيجل

مواجهة اضطراب طيف التوحد: إعطاء الوالدين أسباب الأمل والتوجيه للمساعدة

تأليف لين هاملتون



المنهج المستور: حلول عملية لفهم قوانين غير معلنة في المواقف الاجتماعية

تأليف بريندا سميث مايلز، وميليسا ل ترومان ورونda، ل شيلفان

كيفية التفاهم مع منطقك التعليمية دون المساومة لطفلك

تأليف غاري مايرسون

أنا فريد تمامًا: الاحتفال بقدرات أطفال متلازمة اسبرجر واضطراب طيف التوحد عالي الأداء

تأليف إيلين ماري لارسون

اسمعني صوتك: انتصار الأسرة على اضطراب طيف التوحد

تأليف كاثرين موريس

فهم اضطرابات طيف التوحد: خلق مستقبل أكثر إشراقًا لطفلك بأفضل خيارات المعالجة

تأليف جيمس كوبلان، دكتوراه في الطب

الإبحار في العالم الاجتماعي: منهج أفراد متلازمة أسبرجر واضطراب طيف التوحد العالي الاداء والاضطرابات ذات الصلة

تأليف جانيت ل مكافي

التغلب على اضطراب طيف التوحد: البحث عن الأجوبة والاستراتيجيات والأمل الذي يمكن أن يحول حياة الطفل

تأليف لين كيرن كوجيل، دكتوراة الفلسفة، وكلير لازبنيك

دليل الوالدين لمتلازمة أسبرجر واضطراب طيف التوحد عالي الأداء: كيفية مواجهة التحديات ومساعدة طفلك على الازدهار

تأليف سالي أوزونوف، جيرالدين داوسون، جيمس ماكبارتلاند

دليل عملي للتوحد: ما الذي يحتاج إلى معرفته الوالدين وأعضاء الأسرة والمعلم

تأليف فريد ر فولكمار وليزا أ وايزنر

أشقاء أطفال اضطراب طيف التوحد: دليل للعائلات

تأليف ساندرا ل هاريس، دكتوراه الفلسفة و بيت أ جلاسبيرغ، دكتوراه الفلسفة

حمية خاصة لذوي الاحتياجات الخاصة: فهم وتنفيذ نظام غذائي خال من الغلوتين ومن الكازين للمساعدة في معالجة اضطراب طيف التوحد والاضطرابات النمائية ذات الصلة

تأليف ليزا س لويس

خطوات إلى الاستقلال: تدريس المهارات اليومية للأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة

تأليف بروس ل بيكر وألان ج برايتمان



فهم اضطراب طيف التوحد للمبتدئين

تأليف ستيفن شور و ليندا ج راستيللي

رايت سلو: من العواطف إلى المناصرة ـ دليل بقاء التعليم الخاص

تأليف بامي رايت و بيت رايت

ستغرم بهذا الطفل!: التدريس لطلبة اضطراب طيف التوحد في الفصول الدراسية الشاملة

تأليف بولا كلوث

مواقع شبكة الإنترنت

مؤسسة **التوحد يتحدث**
autismspeaks.org

أسبرجر / شبكة التوحد
aane.org

معهد بحوث التوحد
Autism.com

استجابة لتنبيهات الوعي بتجوال اضطراب طيف التوحد والتعاون التربوي (AWAARE)
awaare.org

مشروع بولي
specialneeds.thebullyproject.com

مركز اضطراب طيف التوحد والاضطرابات ذات الصلة
centerforautism.com

مركز الوالدين للحصول على المعلومات والمصادر
parentcenterhub.org

شبكة اضطراب طيف التوحد التفاعلي
ianproject.org

قيادة الطريق: المنظمات الشبابية الصديقة للتوحد - دليل من مؤسسة التوحد يتحدث
autismspeaks.org/family-services/youth-organizations

فريقي للتوحد: دعم اضطراب طيف التوحد عبر الإنترنت



myautismteam.com

خارطة وظيفتي: أين الأطفال والعمل والمكافآت - انقر
myjobchart.com

منظمة بحوث اضطراب طيف التوحد
researchautism.org

ملف أدوات المجتمع المدرسي من مؤسسة التوحد يتحدث
autismspeaks.org/school

ملف الأدوات للمرحلة الانتقالية من مؤسسة التوحد يتحدث
autismspeaks.org/family-services/tool-kits/transition-tool-kit

رايت سلو: مناصرة التربية الخاصة
wrightslaw.com

حقوق طفلك من مؤسسة **التوحد يتحدث** (شاملًا برنامج التعليم الفردي: ملخص، العملية ونصائح عملية من شركة غودوين بروكتير ذ م م)
autismspeaks.org/what-autism/your





P.O. Box 7662
Dubai, United Arab Emirates
800 (AJCH) 2524
www.aljalilachildrens.ae